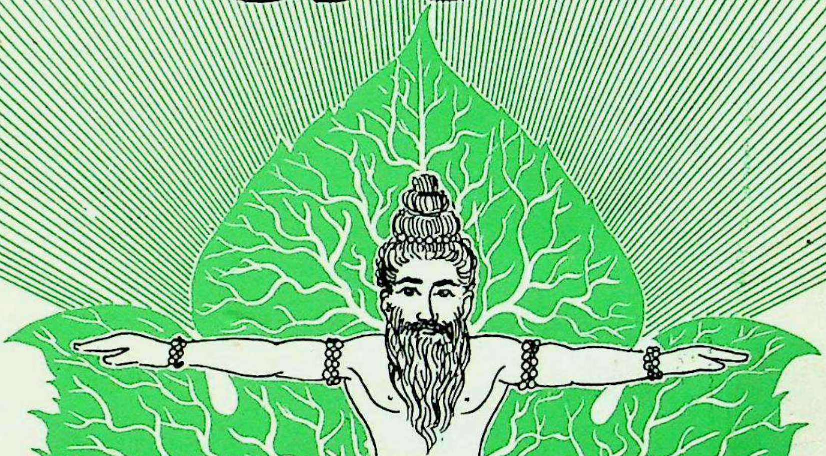
In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

சித்த மருத்துவம்



டாக்டர்: இராஜாலிங்கம் RIMP.,

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

அரவிந்த ஹெர்பல் லேப்ஸ்க்கு வருகை புரிந்த

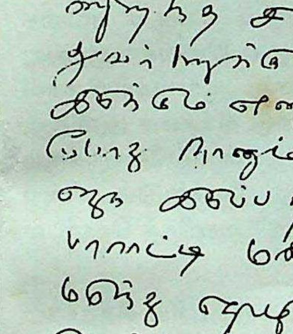
வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களின் பாராட்டு கடிதம்

இன்று 9-11-94 மாலை 5 மணிக்கு
Sri Arvind Laboratory யை பார்க்கும்
வாய்ப்பு கிடைத்தது. Dr. P. ராஜலிங்கம்
அவர்களும் Dr. Mrs Vijayalakshmi
அவர்களும் அந்த மருந்துகள் செய்
முறைகளை விஞ்ஞான முறையில்
அமைத்து மருந்துகள் தயார் செய்
யும் முறை பாராட்டத்தக்கது. இந்த
மருந்துகள் அனுபவம் கிடைக்கும்
காலமெல்லாம் இந்த லேபரோட்டரி
யில் தயாராகும் மருந்துகள் என்
றென்றும் சித்தா ஆயுர்வேத மருந்
துகளுக்கு மிகவும் உதவியாக
இருக்கும் என்பதை நேரில் பார்க்கும்
போது நானும் ஒரு சித்த மருத்துவ
ராக இருப்பதால் பெருமையோடு
பாராட்டி மகிழ்கிறேன். இந்த
மருந்து தொழில் மேலும் மேலும்
அபிவிருத்தி அடைய வாழ்த்துகிறேன்

வாழ்க வளமுடன்

அன்பன் வேதாத்திரி

9-11-94



In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

முன்னுரை

சத்தான மூலிகைத் தாதுவினால்
சித்தான ஜீவ சக்தி யுண்டாகி
செத்திடுமே அத்தனை பிணிகளுமே !

Dr.P. ராஜலிங்கம் அவர்கள் கடந்த 40 ஆண்டுகளாக மருத்துவத் துறையில் ஈடுபட்டு, அதில் பெரும் பங்கை கிராமப்புறங்களிலும் மற்றும் நகரங்களிலும் இலவச மருத்துவ முகாம் நடத்தி, ஏராளமானோர்க்கு தனது ஆராய்ச்சியினால் உருவாக்கப்பட்ட மருந்துகளைக் கொண்டு சிகிச்சை அளித்து, அதில் பூர்வாங்க வெற்றி கண்ட மருந்துகள் எல்லோருக்கும் பயன்பட்டு நோயற்ற வாழ்வு பெற வேண்டும் என்ற அடிப்படையில் உருவாக்கப்பட்டது தான் ''அரவிந்த் ஹெர்பல் லாப்ஸ்''.

எங்களது தயாரிப்பு மருந்துகள் பாரம்பரிய சித்தர்கள் வழியில் இன்றைய விஞ்ஞான அடிப்படையில் மூலிகைத் தாதுக்கள் வீரியப்படுத்தி, சிறப்பான பலனை கொடுக்கும்படி தயாரிக்கப்படுகிறது. இந்த மருந்துகள், எந்த வித பக்க விளைவுகளும், எவ்வித பத்தியமும் இல்லாமல் நோய் நிவர்த்தி செய்வதுடன், ஜீவ சக்தியை அதிகரிக்கச் செய்து, நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை உருவாக்குகிறது. டாக்டர் ஆலோசனைப் படி தொடர்ந்து மருந்துகள் உபயோகித்தால் உடல் நலம் நீண்ட ஆயுள், நிறை இன்பம் பெற்று மகிழ்ச்சியுடன் வாழலாம்.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

சித்தர் பண்புகள்

உலகனில் மற்றெந்த மருத்துவ முறைகளினாலும்; தீராதென கைவிடப்பட்ட கொடிய நாள்பட்ட கரும நோய்களையும் முழுமையாகவும் பின் விளைவின்றியும் தீர்ப்பது தமிழ் மருத்துவம் ஒன்றேயாகும்.. மேலும், பிற மருத்துவ முறைகளில் பிணி தீர்க்கும் முறைகளை மட்டுமே கூறியிருக்கையில் சித்த மருத்துவ முறைகளில் மட்டும் வந்த நோய்களைத் தீர்ப்பதன்றி, நோயே வராது தடுக்கும் முறைகளையும், மற்றும் நரை, திரை, மூப்பு, பிணி, பயம், சாக்காடு முதலிய உலகியல்புகளை வெல்லக்கூடிய பலவித காயகல்ப தத்துவ முறைகளையும் சொல்லியுள்ளது இதன் தனிப்பெரும் சிறப்பாகும். எனவே இவ்வறிவியல் மருத்துவ முறையை கற்றுக் கொள்வதில் நீங்களும், கற்பிப்பதில் நாங்களும் பெருமை அடைவோம்.

சித்தர்கள் தனக்கென வாழாது, மக்களுக்காக வாழ்ந்தவர்கள். சித்தர்கள் பிணிதீர்க்கும் அருஞ்செயலுக்காக தங்களை அர்ப்பணித்துக் கொண்டவர்கள். நடைமுறையில் கற்றுணர்ந்த தெளிவு பெற்ற மருத்துவ ஆய்வுகள் கவிதை குறிப்புகள் எழுதிவைத்து சென்றுள்ளனர். இச் சித்தர்களில் 18 சித்தர்களாகிய அகத்தியர், திருமூலர், யூகிமுனி, உரோமரிஷி, கருவூரார், இடைக்காடார், சுந்தரனந்தர், அகப்போய் சித்தர், பாம்பாட்டி சித்தர் , தேரையர், ராமதேவர், யாக்கோப்பு ஆகியோரே சித்த வைத்திய வரலாற்றுச் சிறப்புமிக்கவராவர். அப்புகழ்மிக்க சித்தர்கள் விட்டுச்சென்ற வைத்தியக் குறிப்புகளைக் கொண்டு இன்று நாட்டில் நிலவிவரும் தமிழ் மருத்துவ முறையே சித்த வைத்திய முறையாகும்.

மூவகை உடலும் – மருத்துவமும்

தூல உடல் என்பது ஏழு தாதுக்களினாலான பிண்டத்தத்துவ நிலையிலுள்ளதாகும் இதற்கு சுரம், நீர்க்கோவை, வலி, கடுப்பு, சிரங்கு, அடி – குத்து – வெட்டுக் காயம், வெட்பதட்ப மாறுதலினான கேடு, பசி, தாகம் ஆகிய உடற்பிணிகள் காணும். இதற்கு தாவர சரக்குகளினாலான சூரண மாத்திரை, லேகியம் தைலம், குடிநீர், சுருக்கு, மணப்பாகு முதலியவற்றால் அப்புவின் துணைக் கொண்டு உடலில் கலக்கச் செய்து பிணிகளை நீக்க வேண்டும்.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

சூட்சம உடல் என்பது தசவாயு – தச நா்டியிலான சாரத்துவ நிலையிலுள்ளதாகும். இதற்கு சன்னி, சயம், குட்டம், நீரிழிவு, வாதம், குன்மம் ஆகிய உயிர்ப்பிணிகள் காணும், இதற்கு இரசபாடான உலோகங்களினாலான பற்பம், செந்தூரம், சுண்ணம் முதலியவற்றால் தேயுவின் துணை கொண்டு வாயுநாடிகளை சம்பந்தப்படுத்தி பெருநாடி நரம்புமூலம் உடலில் பரப்பி பிணிகளை நீக்க வேண்டும்.

காரண உடல் என்பது பஞ்சபூதங்களினாலான அண்ட தத்துவ நிலையிலுள்ளதாகும். இதற்கு நரை, திரை, மூப்புபயம், சாக்காடு ஆகிய பிறவி நோய்கள் காணும் இதற்கு சித்துவின் தன்மையிலான இரசகல்பம், மூலிகை கல்பம், முதலியவற்றால் நரை, திரை, மூப்பை நீக்கியும், ஆசனத்தினால் பிராணவாயுவின் துணை கொண்டு பயம் சாக்காடு இவற்றை வெல்லவும் வேண்டும்.

தத்துவங்கள்

இந்த உடல் 96 தத்துவங்ளோடு அமைக்கப்பட்டிருக்கிறது. அவை வருமாறு.

பூதம் 5 :

இந்த உலகத்தின் எல்லா ஜீவராசிகள், அசையும் அசையா (தாவர சங்கம) பொருட்களில் நிலையாக அமைந்திருப்பது பூதம் எனப்படும்.

மண் (பிருதிவி) விண் (ஆகாசம் விசும்பு) வளி (வாயு) தீ (தேயு) தண்ணீர் (அப்பு)

பொறி (ஞானேந்திரியம்) 5 :

செவி (சுரோத்ரம்) உடம்பு (துவக்கு) கண்கள் (சச்சு) நாக்கு (சிங்குவை) மூக்கு (ஆக்ராணம்)

புலன் (கர்மேந்திரியம்) :

வாய் (வாக்கு) கை (பானி) கால் (பாதம்) குதம் (ஆசனம்) குறி (மா்ம ஸ்தானம்)

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

பொறிச் செயல் (ஞானேந்தியக்கிரியை) :

செவி சத்தத்தை அறியும். உடம்பு தொடுவதை (ஸ்பரிசம்) அறியும். கண்கள் நேத்திரம் (நேத்ரம்) எதிரில் உள்ள உருவத்தை (தர்சன்) அறியும். நாக்கு (ஜீஹவா) ருசியை அறியும். மூக்கு வாசனை (கந்தம்) யை அறியும்.

கர்மேந்திரியக்கிரியை :

வாய் வசனிக்கும், கால் நடக்கும் (கமனம்) கை (தானம்) எடுத்தல், பிடித்தல் செய்யும். ஆசனம் மலத்தை வெளியே (விசர்க்கம்) மற்றும் மர்ம ஸ்தானம் சிறுநீர், விந்து விடும்.

கரணம் 4:

அகம் (மனம்) அறிவு (புத்தி) நினைவு (சித்தம்) முனைப்பு (அகங்காரம்)

அறிவு 1

குடல் (ஆசயம்) 5:

இரைக்குடல் (அமர்வாசயம்) செரிக்குடல் (பகிர்வாசயம்) நீர்க்குடல் (ஜலவாசயம்) மலக்குடல் (மலவாசயம்) வெந்நீர் குடல் (சுக்கிலாசயனம்)

உடல் கோசம் 5 :

உணவுடம்பு (அன்னமயகோசம்) வலி உடம்பு (பிராணமயகோசம்) மன உடம்பு (மனோமயகோசம்) அறிவுடம்பு (விஞ்ஞானமயகோசம்) இன்ப உடம்பு (ஆனந்தமயகோசம்)

வினை 2 :

நல்வினை, தீவினை

குணம் 3:

சத்துவம் (சாத்வீகம்) மருள் (ராஜசம்) பெருள் (தாமஸம்)

பற்று (ஈஷனை) 3 :

பொருட்பற்று (அர்த்தாஈஷனை) பிள்ளைபற்று (புத்திராஈஷனை) உலக பற்று (லோகாஷனை)

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

மலம் 3 :

ஆணவம், மாயை, காமியம்.

மண்டலம் 3 :

அக்னி மண்டலம், சூர்ய மண்டலம், சந்திர மண்டலம்.

தூண்டுதல் ராகம் 8 :

ஆசை (காமம்) கோபம் (குரோதம்) கருமித்தனம் (லோபம்) மதம் (கர்வம்) இச்சை (மோகம்) உட்பகை (மாச்சர்யம்) ஏளம் (இடும்பை) அறுவெறுப்பு (அசூயை)

ஆதாரம் 6 :

மூலாதாரம் (ஆசனத்திற்கும் மர்ம ஸ்தானத்திற்கும் மத்தியில் உள்ளது) சுவாதிஷ்டானம் (தொப்புளுக்கு அருகில்) மணிபூரகம் (மேல் வயிற்றில்) அனாகரம் (நெஞ்சில்) விசுத்தி (கழுத்தில்) ஆக்கினை (புருவ நடுவில்)

நாடிகள் 10 :

1. இடகலை, 2. பிங்கலை, 3. சுழமுனை, 4. சிகுவை, 5. புருடன், 6. காந்தாரி, 7. அத்தி, 8 . அலம்புடை, 9. சங்கிணி, 10. குரு.

காற்று பற்று (தசவாயு):

உயிர்க்காற்று (பிராணன்) மலக் காற்று (அபானன்) தொழில் காற்று (வியாணன்) ஒலிக் காற்று (உதாணன்) நிரவுக் காற்று (சமானன்) தும்மல் காற்று (நாதன்) விழிக் காற்று (கூர்மன்) கொட்டாவிக் காற்று (கிருகரன்) இமைக் காற்று (தேவதத்தன்) வீங்கற் காற்று (தனஞ்செயன்)

நிலை (அவஸ்தை) 5 :

கனவு (சொர்ப்பயனம்) நனவு (சாக்கிரமம்) தூக்கம் (ஸீமுந்தி) பேருறக்கம் (துரியம்) உயிர்ப்படக்கம் (துரியாதீதம்)

முத்தோஷம் 3 :

வாதம், பித்தம், கபம்.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

தத்துவமும் உடற்கூறு

1. கருவமைப்பு

பெண்ணின் மாதவிடாய் கண்ட 16 நாட்களுள் நாதாசயத்தினின்று ஓரிரு நாதக்குமிழ்கள் முற்றி வெடித்து வெளிப்பட்டு கருக்குழியில் விழுந்திருக்கும் சமயம் ஆணுடன் உடலுறவு கொள்கையில் தீயும், வாயுவும் கூடிய விந்து பாய்ந்து நாதத்துடன் கலந்துறவாகித் திரண்டு தன் வடிவாகி தமர் போன்று இதழ்களின் வாயிலை மூடும். அவ்வமயம் அபானவாயு வெளியில் நின்று வாயிலை காக்க , உட்சென்ற பிராண வாயு கருவை பல பிரிவுகளாக்க, உதான வாயு கருவை வளர்த்துவரும். எனவே பரமாணுக்களை ஒத்த நாதவிந்துச் சேர்க்கையின் போதே படைத்தல் – காத்தல் – வளர்த்தல் ஆகிய தொழில் புரியும் வாதம் பித்தம் , கபம் ஆகிய முத்தோடமும் விளைவதை அறியலாம்.

உடலுறவின் பொழுது விந்து வெளிப்படும் சமயம் 'சரம்' பிங்கலையில்இயங்க ஆண்மகவும், இடகலையில் இயங்க பெண் மகவும், இருவாயும் சமமாக ஓடினால் பேடியும் உருப்பெறும் எனவும் – உடலுறவில் ஆணுக்குப்பெண் மீது அதிக அன்பு உண்டாகில் ஆணும், பெண்ணுக்-கு ஆண் மீது அதிக அன்பு உண்டாகில் பெண்ணும் இரண்டும் சமமாகில் அலியும் பிறக்கும் எனவும் நாதவிந்துச்சேர்க்கையில் நாதம் கூடுனால் பெண்ணும், விந்து கூடினால் ஆணும், இரண்டும் கூடினால் இரட்டைப் பிள்ளையும் பிறக்கும் எனவும் கூறப்படும்.

கர்ப்பினிக்கு மிதமான பசி, வலது முலை அதிகம் விம்மல் முலைக்காம்பை நசுக்க கலங்கிய வெண்ணிற பொருள் வெளிப்படல், பல நிற சிறுநீர், சிசு வலப்புறமிருப்பது போல் தோன்றல் அமருதல், எழுதல், வேலை செய்தலின் போது வலது கையையே ஊன்றுதல், வலப்புறம் படுத்தல் ஆகிய குறிகளிருப்பின் வயிற்றிலிருப்பது ஆண் சிசு எனவும், மிக்க சோம்பல், இடது முலை அதிகம் விம்மல், அற்ப உணவில் அவா. கள்ளப்பசி, ஒளி குன்றல் அமருதல், எழுதல் வேலை செய்தலின் போது இடது கையையே ஊன்றுதல், இடது புறம்படுத்தல் ஆகிய குறிகளிருப்பின் வயிற்றிலிருப்பதுபெண் சிசு எனவும் அறியலாம்.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

உண்மையிலேயே கருவுற்ற பெண்ணின் உடல் பூரித்து நாடி பட படத்து, கண்கள் மஞ்சள் நீல நிறமுறும். முலைகள் பருத்து, காம்புகள் கறுத்து, முடிச்சுகளுடன் காணும். வாய் நீர் ஊறல், மயக்கம், காலையில் வாந்தி காணும். வயிறு படிப்படியாய் பெருகும். மூன்றாம் மாதத்திற்கு முன் வயிற்றில் பிண்டம் அசைவதில்லை. விரலினால் அடி வயிற்றை அழுத்தினால் கல் போலிருப்பதுடன் விரலை எடுத்ததும் பழைய நிலையை மெதுவாகவே அடையும் ஆயின், வயிற்றில் சூதகக் கட்டியிருப்பின் ஆரம்பத்திலேயே வயிறு பெருத்துவிடும். முதல் மாதத்திலேயே வயிற்றில் சிசு புரளுவது போல் தோன்றும். விரலினால் வயிற்றை அழுத்தி எடுத்தவுடனேயே பள்ளம் மறைந்து விடும். இதன் மூலம் மெய், பொய் கர்ப்பத்தை அறியலாம்.

பிரசத்தின் போது முதலில் சிசுவின் தலை வெளிப்படும் முன்பே பனிக்குடம் என்ற ஒருவித நீர்ப்பை கிழிந்து அதிலிருந்து நீர் தள்ளிக் கொண்டு வருவதால், கருப்பையின் வாய் தேவையான அளவு திறக்கப்பட்டு விடும். மேலும், சிசுவின் தலை மயிர் யோனி வழியை நாரினால் துடைப்பது போல் நன்கு துடைத்துக் கொண்டே வருகிறது. எனவே பனிக் குட நீரினாலும் புருஷ் போன்ற தலை மயிரினாலும் யோனி வழி இருமுறை சுத்தமாகிறது. சிசு வெளியேறிய பின் மிகுந்த பனிக்குட நீரும் அதிகமாக வெளிப்பட்டு யோனியைக் கழுவுவதுடன் மிருதுவான நச்சுக் கொடியும் முறுக்கிக் கொண்டு யோனி வழியை சுத்தம் செய்தே வெளியேறுகிறது. மேலும், கருப்பையின் உட்புறமிருந்து ஒரு வித நீரும், குருதியும் கலந்த நீர் சுமார் மூன்று வாரம் வரை கசிந்து உள்ளுறுப்புகளைச் சுத்தமாக வைக்கிறது. இவையாவும் பிரசவத்திற்குரிய இயற்கை பாதுகாப்பு ஆகும்.

மனிதனுக்கு, கிரமப்படி வாதத்தில் 30, பித்தத்தில் 33, கபத்தில் 37, ஆக மொத்தம் 100 வயதாகும். இந்த நூறு வயதில் 30க்குள் உடல்வளர்ந்து பின் முக ஒளி குன்றும். 40க்கு மேல் தேஜஸ் கெடும். 50க்கு மேல் உடல் தளர்ந்து மயிர் நரைக்கும். 60க்கு மேல் கண்ணொளி குன்றி, நடக்கையில் திகருண்டாகும். 70 க்கு மேல் அறிவு குன்றும். 80க்கு மேல் நோக்கு வெளியில் பாயும். 90க்கு மேல் பொறி புலன் ஒடுங்கி இந்திரியம் அற்று 100ல் மரணமுண்டாகும். ஆயின் நல்வினையால் ஆயுள் பெருக்கமும், தீவினையால் ஆயுள் சுருக்கமும் ஏற்படும்.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

சரம் என்பது பிராணவாயுவின் இயக்கமாகும். அது மூக்கில் இரு துளைகளின் வழியாக உள் நுழைதலும், வெளி செல்லுதலுமாயிருக்கும். மூக்கின் இடது துளை இடகலை என்றும் வலது துளை பிங்கலை என்றும் கூறப்படும். மூச்சு இவ்விரு துளையிலும் ஒரே சமயம் நுழைந்து வெளியேறாமல் ஒவ்வொன்றிலும் 5 நாழிகை வீதமே நடக்கும். அதுவும் திங்கள், புதன், வெள்ளிக் கிழமைகளில் இடதுபக்கத் துளையில் காலை 4.00 மணியில் தொடங்கி ஐந்தைந்து நாழிகைகளாக ஒவ்வொரு மூக்குத் துளையாக மாறி நடக்கும். சனி, ஞாயிறு, செவ்வாய்கிழமைகளில் காலை 4.00 மணியில் வலதுபக்கத் துளையில் தொடங்கி ஐந்தைந்து நாழிகைகளாக ஒவ்வொரு மூக்குத்துளையாக மாறி, மாறி நடக்கும். இங்ஙனமே வியாழக்கிழமையில் வளர்பிறையில் இடது துளையிலும் தேய்பிறையில் வலது துளையிலும் மாறி, மாறி நடக்கும் சரத்தின் வகையினை ஆய்ந்து அதன் வழி சென்று, சரத்தை ஏற்றி இறக்கி மாற்றிப் பயன்படுத்தும் யோகிக்கு ஆயுள் நீடிப்பும் வெளியிற் பாய்ந்து செல்லுதலும் கைகூடும்.

உடல்கள், வாத, பித்த, கப, வாதபித்த, வாதகப, பித்தவாத, பித்தகப, கபபித்த, கபவாத உடல்கள் எனப்பல வகைப்படும். இவற்றுள் முறையே

1. வாத உடல் பருத்து குளிர்ந்து அசதியுடன் கருமை நிறமாயிருக்கும். மந்த புத்தி,அசட்டை, அற்ப பெண்ணிச்சை, மிதமான நாடியுடன், மிக்க காரத்தை நாடுவர். வெற்றியும், புகழும் பெற பொய்யுரைப்பர்.
2. பித்த உடல் மெலிந்து, சூடாக வெண்பசுமை நிறமுடன் இருக்கும். இளநரை அற்பவுண்டி, அதிகப் பெண்ணிச்சை, விரைவு நாடி, கடைக் கண் சிவப்பு, அதிகப் புளிப்பு நாடல்.

நாடி சாஸ்த்திரம்

''நாடி அறிந்தவன் நமனை அறிவான்'' நாடி நரம்பானது எழுபத்திரண்டாயிரம். தச நாடி பத்து. அதையும் சுருக்கி 3 நாடிகள். அவை வாதம், பித்தம், கபம். ஏறியும், கிழிந்தும், சுழன்றும் அதற்குறிய செயல்கள் கைநாடியில் அதிகம் தெரியும். நாடி பார்த்து வியாதிகளை அறியும் கலைதான் நாடி சாஸ்திரம் எனப்படும்.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

1. வாத நாடியின் குணம்:

வாத நாடி மீறினால் ஓடி, ஓடி வாய்வு குத்து வலி, கால் கை வீக்கம், ஒரு பக்கமாகவும் தாக்கும். நிமிர்ந்து குனிவது கஷ்டம். திமிர் தன்மை, வயிற்றில் புரட்டி புரட்டி உண்ட உணவும் வாயுவாகி மாறி அஜீரணமாய் பொருமும் உணவு. பசிக்காது. உண்ண முடியாது. மாந்தம் ஏற்படும். மல ஜலங்கட்டு உண்டாகும்.

2. பித்த நாடிக் குணம் :

உணவு சுருங்கி அதன் சத்துக்கள் தாதுக்களில் சேராமல் போய் வயிற்றோட்டம், வயிறு எரிச்சல், நாக்கு கசத்தல், உடல் காந்தல், அதிக தாகம், பித்தவாந்தி, விக்கல், மூர்ச்சை அடைப்பு, அயர்வு சோர்வு குன்ம வலி, வயிறு காந்தல்.

3. கப நாடிக் குணம் :

உடல் சுரம் வெளுத்து குளிரும். தளரச்சி, பசியில்லாமல் விக்கல், சளியிருந்தால் அடிக்கடி வியர்வை, மூச்சுத் திணறல், இளைப்பு, சயம், நெஞ்செலும்பு, விலா எலும்பு வலி, ரத்த வாந்தி, எச்சில் வழவழப்பாய் இருக்கும். வாய் நீர் வறட்சி.

வாதமுற்றுவதற்கு காரணம்

அதிக உணவு, எண்ணெய், மாமிசம், கிழங்கு, புளி, உப்பு, காரம் அதிகமாக உண்பதால் உணவு பதார்த்தங்கள் புளிப்பாகி ஜீரணக் குறைவு ஏற்பட்டு வாய்வு உண்டாகிறது. வியாதிகள் உருவாகின்றன.

பித்தம் அதிகமாவதற்கு காரணம் :

தினசரி உடல் உறவு, கோழி, மாமிசம், மீன் அதிகமாக தின்பதாலும், மன இறுக்கம்(டென்சன்), கோபம் அடிக்கடி உண்டாவதாலும், பித்தத்தை உண்டாக்கும் பொருள்களினாலும், பித்தம் அதிகமாகிறது. அதனால் நோய் வரும்.

கபநாடி அதிகமாவதற்கு காரணம் :

சோகை, காமாலை பாண்டு, நீர்பாண்டு, விஷத்தன்மை முதலியன நோய்களில் குளிர்ந்த உணவுகள், அஜீரண உணவுகள் பலவித புளிப்பு தன்மை, உணவுகள் சிறு நீரில் உவர்தன்மை, வயிற்றில் புளிப்பு தன்மை, சளி உண்டாதல்.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

கப நாடியானது இரட்டித்துக் காணப்படின் அது கப நோய் விகற்பாமாகும். கப நோய்களாகிய சுரம், இருமல், கடிய ஈளை, வீக்கம், காசம், வாந்தி, விக்கல், சன்னி, பாண்டு, சோகை விரணம், விஷதோஷம் உண்டாகும்.

ஸ்பரிசம் :

நோயாளியின் தேகத்தைத் தொட்டுப் பார்க்கும் போது சம சீதோஷ்ணமாயிருப்பின் வாதமென்றும், அதிக உஷ்ணமாயிருப்பின் பித்தமென்றும், குளிர்ந்திருப்பின் கபமென்றும், சீதோஷ்ணங்கள் இடற இடம் மாறுபட்டிருப்பின் தொந்தோஷ்மென்றறிக.

நாக்கு:

நாவானது முட்போல கருத்து இருப்பின், வாதம். நாவானது மஞ்சள் அல்லது சிவந்த நிறத்துடன் இருப்பின் பித்தம். நாவானது வெண்மையாகவும், வழவழப்பாகவும் இருப்பின் கபம்.

மொழி :

வாதமாயின் சம சப்தமாகவும், பித்தமாயின் உரப்பாகவும், கபமாயின் மெலிந்தும் இருக்கும்.

விழி :

வாத தோஷத்தில் விழியானது கருத்தும், நீர் ததும்பியும், பித்த தோஷத்தில், மஞ்சளுடன் சிவப்பு கலந்த நிறத்துடன் கண் கூச்சமாகவும், கப தோஷத்தில் வெண்மையாக நீர் கோர்த்துக் கொண்டு இருக்கும்.

நிறம் :

தேகம் கருத்து இருப்பின் வாதமென்றும், மஞ்சள் அல்லது சிவந்த நிறத்துடன் இருப்பின் பித்தமென்றும் தேகமானது மங்கலாக வெளுத்து இருப்பின் கபதோஷமென்றும் அறியவும்.

மலம் :

வாத தோஷத்தில் மலம் கறுத்தும், பித்த தோஷத்தில் மஞ்சள் அல்லது சிவந்த நிறமாயும், கப தோஷத்தில் வெளுத்தும் சீதங் கலந்த நுரையுடன் காணப்படும்.

மூத்திரம் :

சிறு நீரானாது புகை நிறமாய் இருப்பின் வாதம். மஞ்சள் அல்லது சிவந்தும் நீர் கறுத்து துளித் துளியாய் விழுமாயின் பித்தம். வெண்மையாகவும், அதிகமாயும் போனால் கபம் என்று அறிக.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

நாடியின் நிலையறிதல்

நாடியின் நிலையை அறிவதற்கு இதன் நடையை சில ஜீவ ஐந்துக்களின் நடைக்கு ஒப்பிட்டு கூறியிருக்கின்றனர்.

வாத நாடியானது - மயில், அன்னம், கோழி இவைகளின் நடையை ஒத்திருக்கும்.

பித்த நாடியானது - ஆமை, அட்டை நடையை போன்றது.

கபநாடியானது - பாம்பு, தவளை நடையைப் போன்றது.

சாதாரணமாக வாதத்திற்கு ஒரு மாத்திரையளவென்றும் பித்தத்திற்கு அரை மாத்திரையளவென்றும், கபத்திற்கு கால் மாத்திரையளவென்றும் சொல்லப்படும்.

சப்த தாதுக்கள்

ரஸ தாது, இரத்த தாது, தசை தாது, கொழுப்பு, எலும்பு, மஜ்ஜை, சுக்கிலம் என உடலின் தாதுக்கள் ஏழு வகைப்படும்.

வேகங்கள் பதினான்கு. அவைகளில் உடலுக்குத் தேவையானது 1. பசி 2. தாகம் 3. தூக்கம் 4. இளைப்பாறுதல். உடலிலிருந்து வெளியாகும் வேகங்கள் 5. கண்ணீர், 6. தும்மல், 7. கொட்டாவி, 8. சுவாசம், 9. இருமல், 10. வாந்தி, 11. சிறுநீர், 12. அபான வாயு, 13. மலம், 14 . விந்து.

இவைகளை அடக்கினால் உண்டாகும் தீமைகள் :

1. பசி : உடலின் ஆக்க சக்திக்கு ஆகாரம் அவசியம். ஆகாரம் வேண்டி பசி உண்டாகிறது. இந்த பசியை அடக்கினால், உடலுறுப்புகள் செயல் குன்றி சோகம், முகவாட்டம், மயக்கம், சூலை, மூலச்சூடு, கை கால் வலி, மூர்ச்சை இவைகள் காணப்படும்.

2. தாகம் : உடல் வளத்தில் நீரின் சாதனை வெகு முக்கியம். இதை அடக்கினால் உடலுருப்புகள் செயல் குன்றும், நாவறட்சி, மேல் மூச்சு, பிரமை, சூலை, மூத்திர சுருக்கு உடல் வலி இவைகள் ஏற்படும்.

In Public domain Digitization Muthulakshmi Research Academy

3. தூக்கம் : இரவில் அமைதியான தூக்கம் உடலுக்கு மிக அத்யாவசியமானது. தூக்கம் குன்றினால் நரம்பு சக்தி குறையும். தலைகனம் கண் சிவந்தல், கண்களில் நீர்க்கசிவது, தெளிவற்ற சொற்கள் சோம்பல், சரீர இளைப்பு முதலியவை உண்டாகும்.

4. இளைப்பாறுதல் : கடின உழைப்பிற்குப் பிறகு உடலுக்கு ஓய்வு தேவை. அவ்வாறு இளைப்பாறாமல் மேலும் மேலும் உழைத்துக் கொண்டே இருந்தால், தலைவலி, தும்மல் இடுப்புவலி கீல்களில் வலி, குளிர், களைப்பு உண்டாகும்.

5. கண்ணீர் : கண்ணீரை அடக்குவதினால் கண்நோய், பினிசம் தலைவலி, தும்மல், மயக்கம் உண்டாகும்.

6. தும்மல் : இதை அடக்குவதினால், தலைவலி, கண்ணீர் முகம் சோகை, பீனிசம் இடுப்புவலி ஏற்படும்.

7. கொட்டாவி : இதை அடக்குவதினால் முகம் வாடல், வயிற்று வலி, தொண்டைக் கட்டு, களைப்பு, தூக்க மயக்கம் முதலியவை உண்டாகும்.

8. சுவாசம் : சுவாசிக்கும் மூச்சை அடக்குவதினால் வயிற்று பொருமல், சுவையின்மை மார்பு வலி, உடற்சூடு, இருமல், சுரம் உண்டாகும்.

9. இருமல் : இதை அடக்குவதினால், பெருமூச்சு, கோழைக்கட்டு தொண்டை அழற்சி, மார்பு வலி, மூச்சுத் திணரல் உண்டாகும்.

10. வாந்தி : வாந்தியை அடக்குவதினால், தொண்டைக்கட்டு இருமல் சுரம், இரைப்பு, சரும தடிப்பு, நமைச்சல் இவைகள் உண்டாகும்.

11. சிறுநீர் : மூத்திரம் கழிவதை அடக்குவதினால் நீர் எரிச்சல் கல்லடைப்பு நீரடைப்பு வயிற்றுப்புசம், கீல்களில் வலி இவைகள் காணப்படும்.

12. அபானவாயு : இதை அடக்குவதினால் உடற்வலி வயிற்றுப்புசம் மார்பு நோய் வாத குன்மம், பசியின்மை, சிறுநீர் தடை மலச்சிக்கல் உண்டாகும்.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

13.மலம் : தினந்தோறும் மலம் போவதை நிறுத்தி அடக்கினால் தலைவலி, கீல்களில் வலி, அபான வாயு, நீர்க்கட்டு, பலவீனம் ஏற்படும்.

14.விந்து : காலா காலத்தில் விந்துவை கட்டுப்படுத்தி அடக்குவதினால், சுரம் நீர்க்கட்டு, கை கால்களில் வலி, மார்படைப்பு, வெள்ளை விந்து தானாகவே கசிதல் முதலிய கோளாறுகள் உண்டாகும்.

சில சித்தர்கள் அடங்கிய தலங்கள்

அகத்தியர்	- அனந்தசயனம்
அகப்பேய் சித்தர்	- எட்டக்குடி, திருவையாறு
திருமூலர்	- சிதம்பரம்
நந்தீசர்	- காசி, திருவாடுதுறை
போகர்	- பழனி
கும்பமுனி	- குடந்தை
இராம தேவர்	- அழகர்மலை
இடைக்காடர்	- திருவண்ணாமலை
சட்டமுனி	- சீர்காழி
கமலமுனி	- திருவாரூர்
மச்சமுனி	- திருப்பரங்குன்றம்
கொங்கணர்	- திருப்பதி
பதஞ்சலி	- இராமேஸ்வரம், அழகர்மலை
பாம்பாட்டி	- திருக்கடையூர்
சட்டமுனி	- சீர்காழி
சுந்தரானந்தர்	- மதுரை
குதம்பை சித்தர்	- மயிலாடுதுறை
கருவூரார்	- தஞ்சாவூர்
கோரக்கர்	- திருக்கழுக்குன்றம்
தன்வந்திரி	- வைத்தீஸ்வரன் கோவில்
புலத்தியர்	- பாபநாசம்

மருந்து செய்யும் போது எரிப்பு திட்டம் :

தீபாக்கனி	- ஒரு விறகால் எரிப்பது
கமலாக்கினி	- இரண்டு விறகால் எரிப்பது

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

சடராக்கினி - நான்கு, ஐந்து விறகால் எரிப்பது
காடாக்கினி - அதிக விறகைக் கொண்டு தீயை அதிகப்படுத்துவது.

புடதிட்டம் :

காடை புடம் - ஒரு விராட்டியில் புடமிடுதல்
கவுதாரி புடம் - மூன்று விராட்டியில் புடமிடுதல்
குக்குட புடம் - இதுவே சேவற்புடமென்பதுமுண்டு. பத்து விராட்டிகளைக் கொண்டு புடமிடுவது.
வராகபுடம் - ஐம்பது விராட்டியில் புடமிடுவது.
கெஜபுடம் - ஆயிரம் விராட்டிகளையடுக்கி புடமிடுவது.

தொந்தித்தல் :

ஏதேனும் இரண்டு சரக்குகளை ஒன்றாகக் கலந்து சேர்ப்பத. இது பெரும்பாலும் இரசத்துடன் வங்கமோ அல்லது நாகமோ உருக்கி சேர்ப்பது.

சுருக்குக் கொடுத்தல் :

அடுப்பின் மேல் ஓர் ஓட்டை வைத்து அதன் மீது சுருக்கு கொடுக்க வேண்டிய சரக்கை வைத்து முறைப்படி மூலிகை சாற்றையோ அல்லது குறிப்பிட்ட திரவத்தையோ சரக்கின் மீது சிறித சிறிதாக விட்டு தீயில் சுண்ட வைப்பது.

யாருக்கு நாடி பார்க்கக்கூடாது என்பது :

எண்ணெய் - தைல ஸ்நானம் செய்தவர்களுக்கு அளவுக்கு மிஞ்சி புசித்தவர்களுக்கும், கொடிய வெய்யில் அலைந்து திரிந்தவர்களுக்கும், குதிரை அல்லது வாகன சவாரி செய்தவர்களுக்கும், காம விடாயிலீடுபட்டவர்களுக்கும், கஞ்சா அபினி, மதுபானம் முதலியவைகளால் புத்தி சபலப்பட்டிருக் கின்றவர்களுக்கும், அதிக மாமிசங்களை யுண்டவர்களுக்கும், வாசியையடக்கியாளுகின்ற யோகிகளுக்கும் விகல்ப நாடியே தவிர சரிவர நாடி நடை தோன்றாது.

அறுசுவையுள்ள நமது உணவு

தினசரி வீட்டு உணவிலும் சரி அல்லது விருந்தோம்பல் உணவிலும் சரி, வியாபித்திருப்பது எவ்வகையிலும் துவர்ப்பு புளிப்பு,

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy
உப்பு, கசப்பு, இனிப்பு, கார்ப்பு என்கிற ஆறு சுவைகளேயாகும். இவைகளை அளவோடு அறிந்து உண்ண வேண்டும். மிகினும் குறையினும் ஒவ்வொரு சுவைக்கேற்ப சில உடற்கோளாறுகள் உண்டு. கொள்ளத் தக்கவை, தள்ளத் தக்கவை என்று புரிந்து செயல்பட வேண்டும் ஏனென்றால் -

துவர்ப்பும் புளிப்பும்	- வாதமாகும்
உப்பும் கசப்பும்	- பித்தமாகும்
இனிப்பும் கார்ப்பும்	- சிலேத்துமமாகும்

என்கிற திரிதோஷ விகல்பத்தை அறிய வேண்டும்.

மருந்து செய்முறை

குடிநீர் : இதுவே கியாழம், கஷாயம், கியாழம் போட வேண்டிய சரக்குகளை அல்லது மூலிகைகளை இடித்து ஓர் பாண்டத்தில் போட்டு சரக்குகளுக்குத் தக்கபடி நீர் சேர்த்து அடுப்பிலேற்றி முறைப்படி எட்டிலோன்றோ அல்லது நாலுக்கொன்றோ வீதம் சுண்ட எரித்து வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ளவும். கியாழத்திற்கு கால வயது 3 மணி நேரமாதலால் வேண்டிய போது அவ்வப்போது செய்து கொள்வதே நன்று.

சூரணம் : சூரணம் செய்ய வேண்டிய சரக்குகளை ஒவ்வொன்றையும் தனித்தனியே சுத்தி செய்து, இடித்து எடை போல் நிறுத்தெடுத்து பிறகு ஒன்று சேர்ந்து ஒரு மிக்கக் க்லந்து வஸ்திரகாயம் செய்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். பொதுவாக எல்லா சூரணங்களையும் பாலில் பிட்டவியலாக வேக வைத்து எடுத்தல் நன்று. சூரணத்துடன் சர்க்கரை சேர்ப்பதாயிருந்தால் சமன் எடை வேண்டிய போது சேர்த்து கொள்ளலாம். கால வயது மூன்று மாதங்கள்.

மாத்திரை : மாத்திரை செய்யும் போது அதில் சேரும் ஒவ்வொரு சரக்கையும் தனித் தனியே பொடித்து பிறகு முறைப்படி ஒன்றன் பின் ஒன்றாக சேர்த்து கலக்கும்படி நன்றாக அரைத்து, வேண்டிய சாறு கட்டி நன்கு அரைத்து மெழுகு பதத்தில் திரட்டி எடுத்து அளவின் படி மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ளவும் கால வயது ஒரு ஆண்டு.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

இலேகியர் : முதலில் வெல்லம் அல்லது சர்க்கரையுடன் நீர் அல்லது பால் நான்கு மடங்கு சேர்த்த அடுப்பிலிட்டு சிறு தீயாக காய்ச்ச பாகு பதம் வரும். அந்த சமயம் அறிந்து தயார் செய்து வைத்திருக்கும் சூரணத்தைத் தூவி நெய் சேர்த்துக் கிண்டி ஆறின பின் தேன் சேர்த்து வைத்து கொள்ளவும். பாகு பதம் என்பது ஓர் துளியை நீரில் விட அத்துளி நீரில் கரையாமல் அப்படியே இருக்க வேண்டும் அல்லது கைவிரல்களில் தொட்டு எடுக்க நூல் போல் வர வேண்டும். இதுவே சரியான பக்குவம். இலேகியத்திற்கு கால வயது ஆறு மாதங்களேயாகும்.

எண்ணெய் : தைலம் - பொதுவாக தைலம் அல்லது எண்ணெய் என்பது சில சரக்குகளின் சூரணம், கற்கம் குடிநீர், மூலிகைச் சாறு முதலிய பொருட்களுடன் பாகத்திற்கு தக்கப்படி ஆமணக்கு நெய் அல்லது நல்லெண்ணெய் சேர்த்து சிறு தீயில், காய்ச்சி, வண்டல் மெழுகு பதம் வருதல் அல்லது எண்ணெயில் ஈரப்பசையின்றி சிடுசிடுப்பு இல்லாமல் பதத்தில் வடித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

குழித் தைலம் : ஒரு குடுவையின் அடியில் பத்து அல்லது பன்னிரெண்டு சிறு துவாரங்களிட்டு அக்குடுவையில் சரக்கை இட்டு வாய்க்கு ஓடு மூடி சீலை செய்து உலர்த்தி, பின்னர் பூமியில் சிறு பள்ளந்தோண்டி பீங்கான் பாத்திரமொன்றை வைத்து, முன் சுத்தப்படுத்திய குடுவையின் துளையிட்ட பாகம் பீங்கானுக்கு நடுவிலிருக்கும்படி பொருந்த வைத்து, சந்தில்லாமல் பீங்கானுக்கும் குடுவைக்கும் இன்னொரு சீலை செய்து பீங்கானைச் சுற்றி மண் போட்டமுத்தி, குடுவை மறைய அரையடி கனத்திற்கு சூழ எருவை (விரட்டியை) அடுக்கி தீ மூட்டவும். புடம் ஆறிய பின் குடுவையை நீக்கிப் பார்க்க பீங்கானில் தைலம் நிரம்பியிருக்கும். இதுவே குழித் தைலம்.

சுடர்த் தைலம் : ஒரு முழு வெள்ளைச் சீலையில் தைலச் சரக்கைத் தடவி, திரியைப் போல் திரித்து மடித்து கம்பியில் சுருட்டிக் கட்டி நெய் தோய்த்து, சலாகையிலால் குத்தி இடக்கையில் பிடித்துக் கொண்டு தீயிட்டு எரிய செய்து அதனடியில் ஒரு கோப்பையை வைத்துச் சொட்டும் தைலத்தைச் சேகரிக்கவும். பொதுவாக தைலத்திற்கு கால வயது ஓர் ஆண்டு.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

செந்தூரம் : முதலில் சேர்க்க வேண்டிய பாஷாண சரக்குகளையும் உலோகசரக்குகளையும் சுத்தி செய்து, கடை சரக்குகளில் வறுக்க வேண்டியவைகளை வறுத்தும் பொரிக்க வேண்டியவைகளை பொரித்தும் இடித்து சூரணித்து அதற்குறிய சாறுகளை விட்டு சாமக் கணக்குபடி நன்கு அரைத்து வில்லை செய்து ஈரமின்றி நிழலில் உலர்த்தி, பொருத்தமான அகல்களின் இடையே பொருத்த ஏழுமண் சீலை செய்து காய வைத்த அளவுக்குத் தக்கப்படி விரட்டிகளை அடுக்கி அதன் நடுவில் வைத்து தீயிட்டு புடமிடவும். புடம் ஆறிய பின் எடுத்துப் பார்க்க சிவந்திருக்கும் இதுவே செந்தூரம். இதற்கு கால வயது எழுபத்தைந்து ஆண்டுகளாகும். சில செந்தூரங்கள் வறுத்தும், எரித்தும் எடுத்துக் கொள்வதுண்டு.

நீறு : இதுவே பற்பம் எனப்படும். சகல சரக்குகளையும் செந்தூரத்திற்குத் தயார் செய்வது போலவே செய்து வில்லை செய்து அகலிடக்கி சீலை செய்து விரட்டிகளில் நடுவில் வைத்து எரித்து புடமிடவும். ஆறிய பின் எடுத்துப் பார்க்க வெண்ணிறமாக இருக்கும்.அரைத்து வைத்துக் கொள்ளவும். கால வயது நூறு ஆண்டுகள் ஆகும்.

பதங்கம் : ஒன்றின் மேல் ஒன்று நன்கு சந்தில்லாமல் பொருந்தக் கூடிய இரண்டு பானைகளில் அடியில் வைக்க வேண்டிய பானையில் ரச சம்பந்தமான சரக்குகளைப் போட்டு மேலே பொருத்த வேண்டிய பானையினுள்ளே கோவையிலை துளசியிலை, வெற்றிலை, குப்பைமேனியிலை இவைகளிலே ஏதாவது ஒன்றின் சாற்றைப் பூசி காய வைத்திருக்க வேண்டும். இந்த பானையை அடி பானையின் மேல் பொருத்தி மண் சீலை செய்து அடுப்பிலேற்றி எரிக்கவும். ஆறினபின் பானைகளைப் பிரித்துப் பார்க்க மேற்பானையினுள் மருந்து படிந்து இருக்கும். இதனை சுரண்டி வைத்துக் கொள்ளவும். இதுவே பதங்கம் எனப்படும். கால வயது 100 ஆண்டுகளாகும்.

தீ நீர் : இதுவே திராவகம் எனப்படும். ஒரு மட்பானையில் மருந்து சரக்குகளையும் நீரையும் போட்டு அப்பானை வாய்க்கு பொருத்தமான வாலை எனும் யந்திரத்தை செருகி மண் சீலை செய்து அடுப்பிலேற்றி எரிக்கவும். பானையினுள்ளிருக்கும். மருந்து ஆவியாகி மேலெழும்பி வாலையின் மேல் வாயில் இருக்கும்

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

குளிர்ந்த நீரினால் திரவாகமாக மாறி வாலையின் உட் குழாயிலிருந்து வெளியாகும். இதனை தகுந்த பாத்திரம் கொண்டு சேகரித்தக் கொள்ளவும். வாலையின் மேல் இருக்கும் நீரை அவ்வப்போது மேற்குழாயின் மூலம் அப்புறப்படுத்தி புதிய குளிர்ந்த நீரை விட்டு வைக்கவும்.

மெழுகு : சில ரச கலப்புள்ள சரக்குகளை சில சாறுகளிலாவது அல்லது தேன் விட்டாவது மெழுகு போல்அரைத்து எடுப்பது சில சமயம் நெய்ப்பசையுள்ள தைலங்களினால் சுருக்குக் கொடுத்தும், எடுத்து பக்குவமாக மெழுகுபதத்தில் அரைத்து எடுத்துக் கொள்வது. இதற்கு கால வயது ஐந்து ஆண்டுகள் ஆகும்.

அகமருந்து - புறமருந்து

அகமருந்தென்பது உள் பிரயோகத்திற்கும், புறமருந்தென்பது வெளிப்பிரயோகத்திற்கும் உபயோகப்படுத்தும் மருந்துகள்.

அக மருந்து 32 வகைப்படும் அவைகளாவன :

1. சாறு : ஈரப்பசையுள்ள மூலிகைப் பொருள்களை இடித்துப் பிழிந்து சத்தை எடுப்பதாகும்.
2. சுரசம் : இடித்துப் பிழிந்து எடுத்த மூலிகைச் சாற்றை சுட வைத்து எடுத்துக் கொள்வது.
3. குடிநீர் : சில சரக்குகளை சிதைத்து அதனுடன் நீர் சேர்த்து கொதிக்க வைத்து முறைப்படி அளவாக சுண்ட வைத்த எடுத்துக் கொள்வது.
4. கற்கம் : சரக்குகளை நீர் விட்டு அரைத்து கெட்டிப்பதமாக உருட்டி எடுத்துக் கொள்வது.
5. உக்களி : அரிசி மாவுடன் மூலிகைச் சாறுகளைக் கட்டி சர்க்கரை சேர்த்துப் பிசைந்து களி போல் கிண்டிக் கொள்வது.
6. அடை : இதுவும் அரிசி மாவுடன் மூலிகைச் சாற்றைக் கட்டி அரைத்து அடை போல் தட்டி சுட்டு எடுத்துக் கொள்வது.
7. சூரணம் : சரக்குகளை இடித்து தூள் செய்து சலித்து எடுத்துக் கொள்வது.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

8. பிட்டு : அரிசி மாவுடன் மூலிகைகளைச் சேர்த்து இடித்து அவியல் செய்து கொள்வது.

9. வடகம் : சூரணத்துடன் வெல்லம் சேர்த்துப் பிசைந்து அவியல் செய்து சூட்டிலேயே இடித்து உருண்டையாக செய்து கொள்வது.

10. வெண்ணெய்: எண்ணெய் அல்லது நெய்யுடன் சில சரக்குகளை தூள் செய்து சேர்த்து உருக்கி நீர் விட்டு கடைந்து வெண்ணெய் பதத்தில் எடுத்துக் கொள்வது.

11. மனப்பாகு : சரக்குகளின் குடி நீருடன் சர்க்கரையோ அல்லது தேனோ சேர்த்துக் காய்ச்சி சர்பத் பதத்தில் எடுத்துக் கொள்வது.

12. நெய் : சில சரக்குகளின் தூளோ அல்லது சாற்றையோ சேர்த்து நெய்பதத்தில் காய்ச்சி எடுப்பது - இதுவே கிருதம் என்றும் சொல்லப்படும்.

13. இரசாயனம் : சூரணத்துடன், நெய், தேன் முதலியவைகளை சேர்த்து பிசிறி வைத்து கொள்வது.

14. இலேகியம் : வெல்லத்தையோ அல்லது சர்க்கரையையோ முறைப்படி பாகு பதம் காய்ச்சி சூரணங்களைச் சேர்த்துக் கிளரி நெய், தேன் விட்டுப் பிசைந்து கெட்டியாக எடுத்துக் கொள்வதாகும். இதுவே இலேகியம் எனப்படும்.

15. எண்ணெய் : குறிப்பிட்ட எண்ணெயுடன் சரக்குத் தூளையோ, சாறு முதலியவைகளையோ சேர்த்துக் காய்ச்சி நீரெல்லாம் சுண்டின பிறகு பதத்தில் வடித்துக் கொள்வது.

16. மாத்திரை : சூரணங்களை கல்லத்திலிட்டு அவைகளுக் குரிய சாறோ, கஷாயமோவான திரவங்களை சேர்த்து அரைத்து மெழுகு பதத்தில் உருண்டைகளாக உருட்டி எடுத்துக் கொள்வது.

17. கடுகு : சூரணத்துடன் தைலப் பொருள்களை சேர்த்துக் காய்ச்சி சேறு போல் திரண்டு வரும் சமயம் எடுத்துக் கொள்வது.

In Public domain, Digitization Muthulakshmi Research Academy

18. பக்குவம் : சில சரக்குகளை மூலிகைச் சாறு, பழச் சாறு, சர்க்கரைப் பாகு இவைகளில் ஊர வைத்துப் பக்குவமாக உலர்த்தி எடுத்துக் கொள்வது. இதுவே கடுக்காய், திப்பிலி, சீரகம், ஓமம் போன்ற சரக்குகளை பாவனை செய்யும் முறையாகும்.

19. தேனூறல் : சில சரக்குகளை தேனில் ஊர வைத்து எடுத்துக் கொள்வது. இதுவே இஞ்சி, கடுக்காய் ஆப்பிள், நெல்லிக்காய் முதலியவைகளை முறப்பா செய்யும் முறை.

20. தீ நீர் : சில பொருள்களை வாலையிலிட்டு எரிந்து கிடைக்கும் திராவக நீரை எடுத்துக் கொள்வது.

21. மெழுகு : சரக்குகளை தூள் செய்து தேன் முதலானவைகளை விட்டு அரைத்து, மெழுகு பதத்தில் எடுத்துக் கொள்வது. அல்லது தேன்மெழுகு சேர்தது உருக்கி எடுப்பது.

22. குழம்பு : சரக்குகளை திரவமானவைகளை விட்டு அரைத்து அல்லது எரித்து குழம்பு பதத்தில் எடுத்துக் கொள்வது.

23. பதங்கம் : சில சரக்குகளை சட்டியிலிட்டு பொருத்தமான மேல் சட்டி மூடி சீலை செய்து எரித்து ஆறின பின் மேற் சட்டியிலிருக்கும் மருந்துகளை சுரண்டி எடுத்துக் கொள்வது. முக்கியமாக இரசம் சேர்ந்தவைகளையே பதங்கம் எடுத்து உபயோகிக்கப் படுகிறது.

24. செந்தூரம் : சரக்குகளை மூலிகைச் சாற்றில் அரைத்து எரித்தோ அல்லது சீலை செய்து புடமிட்டோ, சிவப்பு நிறத் தூளை எடுத்துக் கொள்வது.

25. நீறு : இதுவும் முன் போலவே சரக்குகளை அதற்குறிய சாற்றைவிட்டு, அரைத்து வில்லை செய்து அகலில் அடக்கி, சீலை செய்து புடமிட்டு, வெண்ணிறமான பற்பத்தை சேகரிப்பது.

26. கட்டு : சில சரக்குகளை ஓட்டில் இட்டு அடுப்பிலேற்றி சில திரவங்களை விட்டு சுருக்குக் கொடுத்து கெட்டிப்படுத்துவது.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

27. உருக்கு : சரக்குகளை மூசையிலிட்டு ஊதி உருக்கி சாய்த்துக் கொள்வது.

28. களங்கு : உலோக சரக்குகளுடன் பாஷானாதி சரக்குகளை சேர்த்து உருக்கி எடுத்துக் கொள்வது.

29. சுண்ணம் : சரக்குகளை சில காரமுடைய திராவகங்களால் அரைத்து புடமிட்டு பற்பத்தைப் போல வெண்மையான சரக்கை, எடுத்துக் கொள்வது. இதற்கு சுண்ணாம்பு சத்து உண்டு. இதில் மஞ்சள் சிவக்கும்.

30. கற்பம் : சில மூலிகைகளாலும், சரக்குகளாலும் சிறப்புள்ள மருந்துகளை முடித்து உடலழியாமல் வைத்திருப்பதற்கு செய்து முடிப்பது. முப்பை கொண்டும் முடிப்பாதாகும். இது காய கற்பம் என்றும் சொல்லப்படுகிறது.

31. சத்து : மூலிகைப் பொருள்கள், உலோகம், உபரசம் முதலியவற்றிலிருந்து அவற்றின் முக்கிய சத்து எடுத்துக் கொள்வது.

32. குருகுளிகை : இரசத்தை சில சரக்குகளைக் கொண்டு கட்டியாக மணி போல் திரட்டி முப்பு முதலியவைகளை சேர்த்து சில சாரணைகள் செய்து நெருப்புக்கு ஒடாமல் இருக்கும் இரசமணியாகும்.

1. கட்டு : மூலிகைகளை அரைத்தோ, பட்டைகளை இடித்து அரைத்தோ அல்லது சிலவற்றை வதக்கியோ கட்டு போடுவது.

2. பற்று : இலை, பட்டை, வேர் இவைகளின் சாற்றோடு சில சரக்குகளை சேர்த்து அரைத்து சுட வைத்து நோயுற்ற இடங்களில் அப்பி தடவி வைத்தல்.

3. ஒற்றடம்: தவிடு, மணல் அல்லது சில இலைகளை வறுத்து துணியில் முடிந்து நோயுள்ள இடங்களில் இதமாக வைத்தெடுத்தல்.

4. பூச்சு : இது கொதிக்க வைத்த சில இலை இரசங்களை அல்லது தைலங்களை நோயுள்ள இடங்களில் மேற்பூச்சு பூசுவது.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

5. வேது : சில சரக்குகளை இடித்து துணியில் வைத்து திரித்து ஓர் அகலில் நெய் அல்லது எண்ணெய் விட்டு அதனில் இத்திரியை தோய்த்து கொளுத்தி முகர்வது அல்லது வெந்நீரில் சில தழைகளை போட்டு அதனின்று வரும் ஆவியைப் பிடிப்பது.

6.பொட்டணம் : சில சரக்குகளை இடித்து துணியில் சிறு முடிச்சாகக் கட்டி சில வகை எண்ணெயிலேயோ அல்லது நெய்யிலேயோ சுட வைத்து நோயுள்ள இடங்களில் வைத்து எடுத்தல.

7. தொக்கணம் : நோயுள்ள இடங்களை வெறும் கையாலேயே அல்லது சில தைலங்களை தடவியோ பிடித்து விடுவது.

8. புகை : புகைக் கிளம்பும் சரக்குகளை நெருப்பிலிட்டு உண்டாகும் புகையைக் காட்டுவது.

9. மை : சில சரக்குகளை அஞ்சனக்கல் முதலியவற்றோடு சேர்த்து இலைச் சாறு அல்லது தேன் விட்டு மை போல் அரைத்து உபயோகிப்பது.

10. பொடி திமிர்தல் : கொள்ளுமா, மஞ்சள் பொடி இவைகளை கற்பூரம் சேர்த்து அரைத்து உடம்பில் தேய்த்து உருட்டி உதிர்த்தல். சில இலைகளையும் இம் மாதிரி உபயோகிக்கலாம்.

11. கலிக்கம் : சில சரக்குகளை இலைச் சாறுகளால் அரைத்து உருட்டி மாத்திரைகளாக்கி, தேனிலாவது அல்லது வேறு சாற்றிலாவது உரைத்து கண்ணீல் தீட்டுவது.

12. நசியம் : சில சரக்குகளை நெகிழ அரைத்து மூக்கில் முகர்வது அல்லது தனி இலைகளையாவது பூக்களையாவது கசக்கி மூக்கிலிடுவது. இம் மாதிரி சில தைலங்களையும் மூக்கிலிடுவது.

13. ஊதல் : சில இலைகளை அல்லது சரக்குகளை வாயிலிட்டு மென்று காதில் ஊதுவது.

14. நாசிகாபரணம் : சில மூலிகை வேர்கள் அல்லது சரக்குகள் இவைகளை இடித்து பொடியாக்கி சில சாறுகளிலோ அல்லது

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

பாலிலோ ஊர வைத்து இடித்து துணியிலே வடிகட்டி மூக்கில் இடுவது.

15. களிம்பு : சில சரக்குகளை இடித்துத் தூளாக்கி பசு வெண்ணெயுடன் கட்டி அரைத்தோ அல்லது தேன்மெழுகுடன் காய்ச்சி எடுத்துக் கொள்வது.

16. சீலை : சில பாஷாண சரக்குகளை தண்ணீரிலாவது அல்லது சாறுகளிலாவது அல்லது எண்ணெயிலாவது அரைத்து குழம்பாக்கி அதில் துணித்துண்டைத் தோய்த்து விரணங்களின் மேல் உபயோகிப்பது.

17. நீர் : சில சரக்குகளை நீரில் ஊர வைத்தாவது அல்லது குடிநீராகக் காய்ச்சியாவது விரணங்களைக் கழுவ உபயோகிப்பது.

18. வர்த்தி : சில பாஷானப் பொருள்களை பொடி செய்து சில சாறுகளில் அரைத்துக் குழம்பாக்கி, அதில் சீலையை நனைத்துத் திரித்து ஆறாத ரணங்களுக்கும் புரையோடிய ரணங்களுக்கும் உள்ளே விட்டு வைப்பது.

19. சுட்டிகை : கம்பி, ஊசி முதலியவைகளை எரியும் நெருப்பில்; சூடேற்றி நோயுள்ள இடங்களில் சூடு போடுவது.

20. சலாகை : மருந்து பூச உதவும் சிறு மெல்லிய கருவி.

21. பசை : சில சரக்குகளை தூளாக்கி மெழுகுடன் சேர்த்தோ அல்லது சிறிது நெய்யுடன் சேர்த்தோ உருக்கி பசையாக வைத்துக் கொள்வது.

22. களி : ஆளிவிதை போன்றவைகளை அரிசி மாவுடன் கட்டி பசும்பால் அல்லது நீர் விட்டு அரைத்துக் களி போல் கிண்டி கட்டுவதற்கு உபயோகிப்பது.

23. பொடி : வெங்காரம் அல்லது சில துவர்ப்புள்ள சரக்குகளை பொடித்து ரணத்தின் மீது தூவ உதவுவது.

24. முறிச்சல் : கை கால் எலும்புகள் நிலை தவறி பிறழந்து இருந்தால் இடம் பெயர்ந்த அவ்வெலும்புகளை சரியாக வைத்துத் தள்ளி பொருத்தி வைப்பது.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

25. கீறல் : கட்டி, கொப்பளம் இவைகளில் தங்கியுள்ள சீழ் இரத்தம் நீர் முதலிய பொருள்களை நீக்குவதற்கு அவற்றை லேசாகக் கீறி அப்புறப்படுத்துவது.

26. காரம் : விரணத்தை ஆற்றுவதற்கு உபயோகிக்கும் சில காரமுள்ள நச்சு மருந்துகள்.

30. உரிஞ்சல் : சில விரணங்களிலிருந்து வெளியாக முடியாமற் உள்ள தங்கியிருக்கும் இரத்தத்தை தகுந்த கருவிகள் மூலம் உரிஞ்சி வெளிப்படுத்துவது.

28. அறுவை : தகுந்த ஆயுதக் கருவிகளைக் கொண்டு வேண்டிய இடங்களில் அறுத்து கெடுதிகளை நீக்கி விட்டு அவ்விடங்களில் தைத்து செம்மைபடுத்துவது.

29. கொம்புக் கட்டல் : முறிந்து போன எலும்புகளை சரிபடுத்தி மரச் சட்டம் அல்லது தகுந்த கொம்புகளைப் பொருத்தி வைத்துக் கட்டுவது.

30. உரிஞ்சல் : சில வீரணங்களிலிருந்து வெளியாக முடியாமற் உள்ள தங்கியிருக்கும் இரத்தத்தை தகுந்த கருவிகள் மூலம் உரிஞ்சி வெளிப்படுத்துவது.

31. குருதி வாங்கல் : சில இடங்களில் இரத்தம் தேங்கி இருக்குமானால் இரத்தக் குழாயைக் கீறி இரத்தத்தை வெளிப்படுத்துவது.

32. பீச்சு : மலம் வெளியாகாமலிருந்தால் அதனை வெளிப்படுத்த குழாய் வழியாக வழுவழுப்பான நீர் பொருளை உள்ளே செலுத்தி பீச்சுதலாம்.

மூலிகைகளின் குண பாடம்

சிறு கீரை — நீரைப் பிரிக்கும் மருந்தையும், விஷத்தையும் முறிக்கும்

அரைக்கீரை — பித்தம் தனியும், நீரை வரட்டும்

அகத்திக்கீரை — பித்தம் தனியும், மலமும், நீரும் போகும், மருந்து விஷத்தையும்

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

முறிக்கும்.

முருங்கக்கீரை — பித்தத்தை தணிக்கும், மலத்தை இளக்கும்

புதினா — இதனால் பசியின்மை , பேதி , சுரம், பித்தம் நீங்கும், சீரன சக்தி உண்டாகும்.

துத்திக்கீரை — வெட்டையைத் தணிக்கும், விரணத்தையாற்றும்

புளியாரைக்கீரை — இதனால் உஷ்ணமும், பித்தமும் சமனப்படுத்தப்படும்

புளிச்சக் கீரை — பித்தம் தணியும், வீரிய விருத்தியுண்டாம்.

பொன்னாங்கானி கீரை — உடல் உஷ்ணம் தணிக்கும் , கண்கள் ஒளிமிகும், உடலுக்கு பலமும் மேனி உண்டாகும்.

மணத்தக்காளிக் கீரை — வெட்டையைத் தணிக்கும், வாய்ரணத்தையாற்றும், மலத்தை இளக்கும், நீரை பிரிக்கும்.

வெந்தயக்கீரை — வயிற்றுவலி, பசி, மந்தம், இருமல் தீரும்

முளைக்கீரை தண்டு — உஷ்ணத்தை தணித்து நீரை பெருக்கும், சீதளம் என்பர்.

முள்ளங்கிக்கீரை — நீரைப் பெருக்கியும், பசி தீபனத்தையும், சீரண சக்தியை உண்டாக்கும்.

சுக்கான் கீரை — உஷ்ணத்தை தணிக்கும், சீரண சக்தியையும், இரத்த சுத்தியையும் உண்டாக்கும்.

சோகிக்கீரை — வாய்வையும், உதிரச் சிக்கலையும் போக்கி, சீரணசக்தியை உண்டாக்கும்.

ஆடாதோடை — கோழையை அகற்றி, இருமல் இரைப்பு முதலிய குணமேற்படும்.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

ஆமணக்கு இலை — வாதத்தையடக்கும், பாலை பெருக்கும், வீக்க ஒற்றிடத்திற்கு உதவும்.

துளசி — கோழையை அகற்றும், இருமல் இரைப்பு சலதோஷம், மார்புச்சளி முதலியவை குணமாகும்.

கண்டாங்கத்திரி — இதற்கும் கோழையை அகற்றும் குணமுண்டு சுரம், காசம் சுவாசம் குணமாகும்.

கரிசாலை - கரிசாலாங்கண்ணி - உடலை தேற்றும், பாண்டு, சோபை காமாலை, காசம் இவைகள் தீரும்.

கீழ்க்காய் நெல்லி - தாது வெப்பம், பிரமேகம், காமாலை பித்தா திக்கம் குணமாகும்.

குப்பைமேனி - வமனத்தையுண்டாக்கி கோழையை வெளிப்படுத்தும், குடற் கிருமிகளைக் கொல்லும், கபம் சர்வ விஷம், புண் முதலியவைகள் குணமாகும்.

உத்தாமணி - வமனத்தையுண்டாக்கி கோழையை வெளிப் படுத்தும், கபக்கட்டு, சுவாசம், மாந்தம், மலக்கிருமி குன்மம் குணமாகும்.

ஊமத்தை - கட்டி, வீரணம், நஞ்சுகளின் விஷம் குணமாகும்

எருக்கு - முறைசுரம், சுபநோய், இருமிநோய், வாதநோய், வலி வீக்கம் தீர்ப்பதுடன் இலையை வதக்கி ஒற்றிடம் இட வாதநோய், வலி, வீக்கம் இவைகளுக்கு இதமளிக்கும்.

சீந்தில் - சுரம், பித்தநோய், மேகம் குணமாகும்.

சித்திரமூலம் - மேகநோய், வாதநோய் குன்மம் முதலியவை குணமாகும்.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

நாயுருவி	-	மந்தம், அதிசாரம், கபநோய், குன்மம் குணமாகும்.
துத்தி	-	உள்ளழலை, மூலம், கட்டி, விரணம் தீரும்.
வல்லாரை	-	உடலைத்தேற்றும், மேகப்பிணிகள், பித்தம் குஷ்டம், மூளை நரம்பு பலவீனம் ஞாபகசக்திக் குறைவு இவைகள் குணமாகும்.
புங்கு	-	கிரந்தி, புண் கரப்பான், சொறி சிரங்கு தீரும்.
ஆவாரை	-	வெள்ளை, வெட்டை, உட்சூடு, நீரிழிவு தீரும்.
அவுரி	-	சுரம், சன்னி, விஷக்கடி, தாவாகந்தமூல விஷம் முதலியவை குணமாகும்.
இலைக்கள்ளி	-	குழந்தைகளுக்குண்டாகும் கருங்கிரந்தி, செங்கிரந்தி, கபநீக்கம், மாந்தம், மலக்கட்டு குணமாகும்.
கொடிக்கள்ளி	-	வாதநோய்க்கு மேற்பூச குணமாகும்.
நொச்சி	-	சுரம், வாதநோய், இசிவு, வாதசுரம் வீக்கம் குணமாகும்.
பொடுதலை	-	அசீரணபேதி, மாந்தம் தீரும். மேற்பூச்சாக தடவி வர பொடுகு, புழுவெட்டு, மயிர் உதிர்தல் தீரும்.
அம்மாம் பச்சரிசி	-	வெள்ளை, வெட்டை குணமாகும். சிறிபீளை நீரடைப்பு, கல்லடைப்பு, பெரும்பாடு தீரும்.
நல்வேளை	-	வாதநோய் பிடிப்பு குடைச்சல் தீரும்.
வாத நாராயணன்	-	வாதநோய்கள் குணமாகும்.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

முட்சங்கன்	-	கோழையை வெளிப்படுத்தி இருமலை தணிக்கும், வாதம், குன்மம், சோபை மாந்தம் இவைகள் தீரும்.
தழுதாமை	-	வாதவலி நீங்கும்.
அசோகு	-	சீதத்துடன் பேதி, பெரும்பாடு குணமாகும்.
அத்தி	-	மூலச்சூடு, வயிற்றுக்கடுப்பு, பெரும்பாடு பிரமோகம், சீதரத்தபேதி குணமாகும்.
தராயிலை	-	விரணம் கிரந்தி, உதிரச்சிக்கல் நீங்கும்.
பிரமதண்டு	-	சொறி, சிரங்கு புண், மேகப்பிணி முதலியன தீரும். கண்ணோய் களுக்கும் மேக நோய்களுக்கும் உதவும்.
இம்பூரல்	-	இருமல், இரத்தகாசம், பித்தம், இரத்த வாந்தி இவைகள் குணமாகும்.
நாவல்	-	சீதபேதி, இரத்தபேதி, பெரும்பாடு குணமாகும்.
நெருஞ்சில்	-	சிறுநீரைப் பெருக்கும், நீர்சுருக்கு கல்லடைப்பு, நீரடைப்பு, சோபை முதலியன தீரும்.

கடை சரக்குகளின் குண பாடம்

சுக்கு	:	வாய்வையகற்றி, வயிற்றவலி, அசீரணம், பேதி, குன்மம், சூலை இவைகளை நீங்கும்.
மிளகு	:	குளிர்சுரம் வாய்வு, சுபம், அசீரணம், இருமல் தொண்டை ரணம், வயிற்றுவலி நீங்கும்.
திப்பிலி	:	வாய்வை அகற்றி கபத்தை சமனப்படுத்தும், இருமல், இரைப்பு, கபக்கட்டு, அசீரணம் குணமாகும்.

இம்மூன்றும் தீரிகடுகு எனப்படும்.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

கடுக்காய் : வாத கப நோய்கள், காமாலை, பெருவயது, குன்மம் விரணம் முதலியவை குணமாகும். மலம், இளகும், கற்பமாகவும் பயன்படும்.

நெல்லிக்காய் : மலத்தை போக்கும் வாந்தி அரோசகம், நீ சுருக்கு உட்சூடு இவைகள் குணமாகும்.

தான்றிக்காய் : கோழையை அகற்றும், மலத்தை இளகி போகச்செய்யும், சுவாசம், காசம், சீழ்மேகம் தீரும்.

இம்மூன்றும் திரிபலாதி எனப்படும்.

சீரகம் : வாய்வை அகற்றும், பசியைத்தூண்டும், மலத்தைக்கட்டும், சீராணசக்தியையுண்டாக்கும் அதிசாரம், இரகண், பித்தாதிக்கம் தீரும்.

கருஞ்சீரகம் : வாயுவை அகற்றி சூதக சிக்கலை அகற்றும் கிருமி, கரப்பன் விரணம், குன்மம் முதலியன குணமாகும்.

சோம்பு : வெட்டை நீர்சுருக்கு, ஆசிரணம் வயிற்றுப்புண் குன்மம், இருமல் குணமாகும்.

இலவங்கம் : பசியைத்தூண்டும், பேதி, வாந்தி, கண்நோய், பல்வலி, சலதோஷம் தலைபாரம் குணமாகும்.

இலவங்கப்பட்டை : பேதி, சீதபேதி, தாது நஷ்டம் குணமாகும்.

சிறநாகப்பூ : வாய்வையகற்றி பசியைத்தூண்டும், பேதி, சீதபேதி, இருமல் விரணம் குணமாகும் மலம் கட்டும்.

பெருங்காயம் : வாய்வையகற்றி, அசீரணம் குன்மம், வயிற்றுப்புசம், செவிநோய் இவைகள் நீங்கும்.

கடுகுரோகணி : முறைசுரம், போகும் மலத்தைபோக்கும்.

தாளிசபத்திரி : கோழையகற்றல் மலத்தைக் கட்டல் அசீரணபேதி, கிரகணி, இருமல், இரைப்பு, சுரம் தீரம்.

சாதிக்காய் : வாய்வையகற்றி மலத்தைக் கட்டும், பேதி கிராணி, தாதுநட்டம், குணமாகும் இதற்கு, காமத்தைப் பெருக்கும் குணமுண்டு.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

மாசிக்காய் : மலத்தைக்கட்டும், விரணத்தை ஆற்றும் உதிரப்போக்கை தடுக்கும், கணச்சூடு சீதபோதி நீங்கும்.

சிற்றரத்தை : பேரரத்தை இவைகளுக்கு கோழையை அகற்றும் குணமுண்டு, இருமல், ஈளை, கபக்கட்டு சுரம், வாயு இவைகள் அகலும்.

அதிமதுரம் : இதற்கு கோழையை அகற்றி, உள் அழலை தணிக்கும் குணமுண்டு. இருமல், காசம் தாகம் தொண்டை ரணம் உடல் காங்கை இவைகள் குணமாகும்.

அக்காரகாரம் : உமிழ் நீரை பெருக்கல், வெப்பம் உண்டாக்கல் முதலிய செய்கைகள் உண்டு. இதனால் நாவறட்சி, தாகச்சுரம் சன்னி, தோஷம் தீரும்,

கோஷ்டம் : வாய்வை அகற்றி வியர்வையைப் பெருக்கும், வாதம், சுரம், இருமல் வீக்கும் போகும்.

வசம்பு : பசியைத் தூண்டும், வாய்வு அகலும், முறைசுரம் நீங்கும். மாந்தக் கழிச்சல், பேதி தீரும்

அதிவிடயம் : சுரம், முறைசுரம், பேதி நீங்கும்.

அமுக்குராக் கிழங்கு : இதுவே உடலைத் தேற்றும் பலம் தரும். காமத்தை பெருக்கும். செய்கை, கல் உண்டு. வீக்கம் தாதுநஷ்டம், பலவீனம் போகும்.

அபினி : மலத்தைக்கட்டல், நித்திரையை உண்டாக்கல், குணமுண்டு, வயிற்றுவலி பேதி வாந்தி, இரைப்பு, இருமல், காதுநோய் குணமாகும்.

கஞ்சா : இசிலகற்றும், வேதனையைத் தணிக்கும், நித்திரையுண்டாக்கும், காமத்தை பெருக்கும்.

வெட்பாலை : இதனால் சீதபேதி, உடல் இளைப்பு தீரும்

நிலாவரை : இதற்கு பேதியுண்டாக்கும் செய்கையுமுண்டு, இதனால் நாட்பட்ட மலச்சிக்கல், மூலவாயு,குன்மம் சுரம் முதலியவை தீரும்

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

சிவதைவேர் : இதற்கும் பேதியுண்டாகும். செய்கையுமுண்டு, வாய்வு, பித்தம், மாந்தம், தோஷம் இவைகள் குணமாகும்.

நேர்வாளம் : இதற்கு பேதியை உண்டுபண்ணும் செய்கையுண்டு, மலக்கட்டு வாதரோகம், விஷம் குன்மம், சூலை முதலியன குணமாகும்.

கரியபோளம் : இதுவே மூசாம்பரம் என்பது பேதியையுண்டாக்கும் ருதுவையுண்டாக்கும் பசியைத் தூண்டும், மேகசூலை வீக்கம், வயிற்றுவலி, சூதகச் சிக்கல் இவைகள் குணமாகும்.

கழற்சி : இசிவையகற்றும், முறைசுரம், சூலை, அண்ட வாதம் சுரம் இவைகள் குணமாகும்.

சடாமாஞ்சி : இசிவையகற்றும், கோழையகற்றும்,காசம் இரைப்பு வாயு , பித்தம் குணமாகும்.

சேராங்கொட்டை: மேகநோய்கள், சொறி சிரங்கு, மேகவிரணம், கிரந்தி, குட்டம் குணமாகும்.

பரங்கிச் சக்கை : இதற்கும் மேக நோய்களைப் போக்கும் குணமுண்டு. சொறி சிரங்கு , விரணம் முதலியன குணமாகும்.

நன்னாரி வேர் : சிறுநீரைப் பெருக்கும்,உள் அழலைஅகற்றும் உடலைத் தேற்றும், இரத்தசுத்தி செய்யும், மதுமேகம், சொறி சிரங்கு, நீர்சுருக்கு இவைகள் தீரும்.

உலோக உபரஸபாஷாணுதி சரக்குகளின் உபயோகம்

தங்கம் : இதனால் ஈளை, காசம், க்ஷயம், தேகவெப்பு, தாது நட்டம் தாவர விஷங்கள் விழிநோய் இவைகள் தீரும்.

வெள்ளி : வெள்ளை, வெட்டை, காசம், க்ஷயம், இரத்தபேதி சரம் மேகவாயு, பிடிப்பு, விழிநோய், நரம்பு தளர்ச்சி முதலியவை குணமாகும். தாது விருத்தியுண்டாகும்.

தாமிரம் – செம்பு: இதனால் குன்மம், பீனிச நோய், குட்டம் வெண்குட்டம், சுவாசகம், சன்னிபாதம், கபாதிகம் குணமாகும்.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

நாகம் : அதீசாரம், கிராணி, மூலம், பௌத்திரம்,வெள்ளை, வெட்டை பெரும்பாடு குணமாகும்.

வங்கம் : (கருவங்கம் – வெள்வங்கம்) பேகப்பிணிகள், குட்டம், கிரந்தி, புண், மதுமேகம், சுவாசம் முதலியன குணமாகும்.

அயம் : இதனால் பாண்டு, சோபை, காமாலை , தாது நட்டம், வெண்குட்டம் தீரும், இரத்தவிருத்தி,பசி, தீபனமுண்டாகும்

தரா : கீல் பிடிப்பு, வெள்ளை விழுதல், கபவாத தெந்தம் ஆகியவைபோம்.

பித்தளை : சுரம், வாதம் பித்தம் தீரும், சுக்கிலப் பெருக்கும், உடலுக்கு குளிர்ச்சியை உண்டாகும்.

மண்டூரம் : இதற்கு அயத்திகுள்ள குணமே உண்டு, பாண்டு சோபை, காமாலை, மகோதிரம், ஈரல்கட்டி, சுரம், இருமல் தீரும்

இரசம் : பாரிச வாதம், கிரந்தி, மேகம், குன்மம் சூலை, வாயு போகும்.

கந்தகம் : குஷ்டம், சொறி சிரங்கு, சுரம் பேதி நீங்கும்

வீரம் : வாதம், கீல்வாதம், குன்மம், சூலை போம்

பூரம் : வாத சூலை, சுரோனித வாதம், விரணம்போம்

இலிங்கம் : சுரம், சன்னி, மேகம், கிரந்தி, போம்

தாளகம் : காசம், சுவாசம், க்ஷயம், கடிவிஷம் போம்

இரசசெந்தூரம்: சுரம், தோஷம், தலைவலி, கீல் வாயுபோம்

வெள்ளைப்பாஷாணம்
சங்கு பாஷாணம்: சுரம், சன்னி, புண், விஷக்கடி நீங்கும்.

மனோசிலை : குஷ்டம், துஷ்ட விரணம், இளைப்பு, காசம் போம்.

மிருதார்சிங்கி : பிக்க விரணம், கரப்பான், கிரந்தி போம்.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

துருசு	: மயில் துத்தம், புண், மேகவிரணம், சுவாசகாசம் போகும். வாந்தியுண்டாக்கும்.
பால் துத்தம்	: புண், புரை, கரப்பான், கண் நோய் தீரும்.
அப்பிரகம்	: சுரம் , நீரழிவு, மதுமேகம், பெருவயறு போம்.
நவச்சாரம்	: சிறுநீரை பெருக்கும் கல்லடைப்பு, வயிற்றுவலி, பெருவயறு வாத நோய் தீரும்.
அன்னபேதி	: சுரம், சீதபேதி, பாண்டு, சோபை நீங்கும்.
படிகாரம்	: பேதி, சீதபேதி, விரணம் குணமாகும். மலத்தைக் கட்டும். இரத்தப் போக்கை நிறுத்தும்.
வெங்காரம்	: சிறுநீரைப் பிரிக்கும், சொரி, சிரங்கு, புண் வாய் விரணம் இவைகளை ஆற்றும்.
வெடியுப்பு	: சிறுநீர் தடையை நீக்கும். வியர்வை உண்டாக்கும், மகோதரம் குன்மம் போம்.
பவழம்	: சுரதோஷம், ஈளை, காசம், சயம், கபம், விந்து நஷ்டம், அழலை தீரும்.
பூங்காவி	: சீதபேதி, பெரும்பாடு, இரத்தப்போக்கு போகும்.
பூநாகம்	: நாக்குப்பூச்சி, சன்னி, இசிவு, கபம், காதுநோய் போகும்.
இருலி நாபி	: காய்ச்சல், கிருமிரோகம், வாதகுன்மம், அசீரணம், ஜனதோஷம் முதலியவைபோம்.
சிலாசத்து	: வெள்ளை, வெட்டை, நீர் சுருக்கு, உஷ்ணம் போம்.
ஆமை ஓடு	: மாந்தம், சுரம், பேதி, மூலம்போம்.
மான்கொம்பு	: (சிருங்கி) : மார்வலி, கண் நோய், எரிச்சல், இருமல், கபம் தீரும்.
சங்கு	: கபம், காமாலை, குன்மம், வயிற்றுவலி குணமாகும்.
முத்து	: இளைப்பு க்ஷயம், காசம், விழிநோய் தீரும்.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

நேர்வோளம் : மலக்கட்டு, வாதரோகம், விஷம்போம் பேதியுண்டாக்கும்.

அபினி : பேதி, வாந்தி, நீங்கும், மலத்தை கட்டும், நித்திரை உண்டாக்கும், வேதனை தனியும்.

கஞ்சா : இசிவகற்றும், கிராணி, பெரம்பாடு தீரும் வேதனை தனியும், நித்திரையுண்டு பண்ணும்.

சுத்தி முறைகள்

இரசம் : சூதம் – பாதரசம்

எருக்கம் பாலில் ஒரு நாள் ஊறப்போட்டு எடுத்த பின் கல்வத்திலிட்டு, செங்கல் தூள், மஞ்சள் தூள் நாட்டு சக்கரை புகையுறல் இவைகளுடன் தனித்தனிக்கட்டி அழுக்குப் போக அரைத்து தண்ணீர் விட்டு நன்றாக அலம்பி எடுத்துக் கொள்ளவும்.

கந்தகம் : நெய் விட்டு உருக்கி பசும்பாலில் தனித் தனியே ஏழுமுறை காய்ச்சி எடுக்கவும்.

வீரம் : இளநீறில் சிறிது கற்பூரமிட்டு கலக்கி ஓர் பாத்திரத்தில் போட்டு, அதில் வீரத்தைச் சீலையில் முடிந்து நீரில் படாமல் தோலாயந்திரமாக கட்டி தொங்கவிட்டு அசையாமல் 2-30 மணி நேரம் எரித்து எடுக்கவும்.

பூரம் இரச கற்பூரம் : மிளகும், கம்மாறு வெற்றிலையும் சமனெடை அரைத்து, தண்ணீரில் கரைந்து ஓர் மண்பாண்டத்தில் விட்டு அதில் பூரணத்தை சீலையில் முடிந்து (கிழிக்கட்டி) தோலாயந்திரமாக தொங்க விட்டு (தண்ணீரில் மூழ்கியிருக்கலாம்) 2-30 மணி நேரம் எரித்து எடுக்கவும்.

இலிங்கம் : தினந்தோறும் 3 நாட்களுக்கு புதிய முலைப்பாலின் ஊறப்போட்டு அலம்பி எடுத்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

இரச செந்தூரம் : மேற்சொன்னபடியே செய்யவும்.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

தாளகம் : ஓர் பாத்திரத்தில் கற் சுண்ணாம்பு மத்தியில் இதனை வைத்து பனங்கள்ளு விட்டு தாளித்து மறுநாள் ஜலம் விட்டு அலம்பி எடுத்துக் கொள்ளவும். இம் மாதிரி ஏழுமுறை செய்ய வேண்டியது. (கழுதை மூத்திரத்தையும் சுண்ணாம்பில் விட்டு தாளித்து எடுத்துக் கொள்ளலாம்).

வெள்ளை பாஷாணம் : சங்கு பாஷாணம்

கற்சுண்ணாம்பும், அப்பளாகாரமும் சமனெடையாக ஜலத்தில் கரைந்து ஓர் வாய்குவிந்த மண்பாண்டத்தில் போட்டு மேலே வாய்க்கு சீலை கட்டி பாஷாணத்தை துணிமேல் வைத்து மேலே அகல் மூடி எரித்து புட்டவியல் மாதிரி செய்து எடுத்துக் கொள்ளவும்.

மனோசிலை : இஞ்சி சாற்றில் 3 மணி நேரம் (அதாவது ஒரு ஜாமம்) அரைத்து எடுத்துக் கொள்ளவும்.

மிருதார் சிங்கி : வெள்ளாட்டு சிறுநீரில் 2-30 மணி நேரம் (ஒரு நாழிகை) கொதிக்க வைத்து எடுத்துக் கொள்ளவும்.

மயில் துத்தம் : துருசு இரும்பு கடாயிலிட்டு தீயில் வெருக்க வறுத்து எடுத்துக் கொள்ளவும்.

பால் துத்தம் : இதனை கிழிக்கட்டி (சீலையில் முடித்து) சிறு நீரிலும், கொதி நீரிலும் இரண்டு நாட்கள் ஊற போட்டு எடுத்துக் கொள்ளவும்.

அப்பிரகம் : இதை பழுக்கக் காய்ச்சி பாலில் தோய்த்து எடுக்க இதழ் இதழாகப் பிரியும் இதனை சிறுகீரைச் சாற்றில் 8 சாமம் ஊறப்போட்டு எடுத்துக் கொள்ளவும்.

நவச்சாரம் : கோநீரில் கரைத்து சுண்ட எரித்து உலர்த்தி எடுத்துக் கொள்ளவும்.

அன்னபேதி : இரும்பு கடாயிலிட்டு சிவக்க வறுத்து எடுத்து கொள்ளவும்.

படிகாரம் : வெங்காரம் கடாயிலிட்டு பொறித்து எடுக்கவும்.

வெடியுப்பு : எடைக்கு 4 பங்கு தண்ணீரி விட்டு கரைத்து வடிக்கட்டி ஓர் செம்பு பாத்திரத்தில் போட்டு அடுப்பில் வைத்து தீயிட்டு குழம்பு பதமாக காய்ச்சி வரும்போத பீங்கான் பேசினில் விட்டு வெய்யலில் காய வைத்த எடுத்துக்கவும்.

சுத்தி முறைகள்

அயம் : இரும்பு தூளாக இராவி எலுமிச்சம் பழ ரசத்தில் 3 நாள் ஊரப் போட்டு கழுவி எடுத்து உலர்த்தி நல்லெண்ணெயில் 3 நாள் ஊரப் போட்டு பிறகு இரும்பு - கடாயில் எண்ணெய் போக வறுத்து எடுத்துக் கொள்ளவும்.

காந்தம் : இதை சிறு துண்டுகளாக நறுக்கி இரும்பு கடாயில் போட்டு உலையில் வைத்து ஊதி செந்நிறமாக இருக்கும் போது எடுத்துக் கொள்ளுக்கடி கஷாயத்தில் கொட்டி கழுவி எடுத்துக் கொள்ளவும். (7 முறை செய்).

செம்பு : தகடடித்து பழுக்கக் காய்ச்சி மோர், காடி புளியிலைச் சாறு இவைகளில் தனித் தனியே ஏழு முறை தோய்தெடுக்க சுத்தியாகும்.

வெள்ளி : தகட்டடித்து பழுக்கக் காய்ச்சி மகிழம்பூ சாற்றில் 7 முறை தோய்த்து எடுக்கவும்.

நாகம் : துத்த நாகம் இதனை உருக்கி இலுப்பை எண்ணையில் 21 முறை சாய்த்து எடுக்கவும். ஒவ்வொரு முறையும் புதிய எண்ணெயில் செய்யவும்.

தங்கம் : மெல்லிய தகட்டடித்து செம்மண் இரு பக்கமும் அரைத்து பூசி 7 முறை பழுக்க காய்ச்சி எடுக்கவும்.

வெள் வங்கம்: கருவங்கம் இதனை உருக்கி இலுப்பை எண்ணெயில் 21 முறை சாய்த்து எடுக்கவும். ஒவ்வொரு முறையும் புதிய எண்ணெயில் செய்யவும்.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

பவழம் : எலுமிச்சம் பழச்சாற்றில் ஒரு நாள் ஊறப் போட்டு எடுக்கவும்.

பூங்காவி (காவிக்கல்) : இளநீர் விட்டு கரைத்து வடிக்கட்டி பீங்கான் தட்டில் வைத்து ரவியில் (வெயிலில்) வைத்த உலர்த்தி எடுக்கவும்.

பூநாகம் (நாக்குப்பூச்சி) : சட்டியிலிட்டு பசும் பாலாவது அல்லது மோராவது விட்டு 2-3 சாமம் ஊற வைத்து மண்ணை கக்கிய பிறகு கழுவி எடுத்துக் கொள்ளவும்.

இருவி : சிறு துண்டுகளாக நறுக்கி சிறு நீரில் 3 நாள் ஊறப் போட்டு அலம்பி எடுக்கவும்.

நாபி : சிறு துண்டுகளாக நறுக்கி கோ மூத்திரத்தில் 3 நாள் ஊறப் போட்டு அலம்பி எடுக்கவும்.

சுத்தி முறைகள்

கற்பூர சிலாசத்து - எலுமிச்சம் பழச்சாறு, பசும் பால், சோற்றுக் கற்றாழைச் சாறு, புளித்த மோர் இவைகளில் 2-8 நாள் ஊறப் போட்டு எடுக்கவும்.

ஆமை ஓடு - நெருப்பு அணலில் சுட்டு எடுக்கவும்.

சிருங்கி - மான் கொம்பு கோ நீரில் 3 நாள் ஊறப் போட்டு கழுவி எடுத்துக் கொள்ளவும்.

சங்கு - பசுவின் மோரில் 7 நாள் ஊறப்போட்டு எடுத்துக் கொள்ளவும்.

முத்து - முட் சங்கப் பழச்சாற்றிலும், புளியம்பழச் சாற்றிலும் 3 நாட்கள் ஊறப் போட்டு எடுக்கவும்.

நேர் வாளம் - துணியில் முடித்து எருமைச் சாணியைக் கரைத்து அதனில் நன்றாக வேக வைத்து எடுத்த பின் அரசி கழுவிய தண்ணீரில் வேக வைத்து மேற் தோலை போக்கி உள்ளிருக்கும் முளையை எடுத்து போட்டு விட்டு ஆமணக்கொண்ணையில் வறுத்து எடுத்துக் கொள்ளவும்.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

அபினி - இதனை வெங்காயத்தினுள் சொருகி சீலை சய்து நெருப்பணலில் வெதும்பி வெங்காயம் வெந்த பதத்தில் அபினியை எடுத்தக் கொள்ளவும்.

கஞ்சா - விதை, கம்பு முதலியவற்றை நீக்கிய உப்பு தண்ணீரில் போட்டு ஓர் இரவு ஊற வைத்த மறுநாள் பிசைந்து ஏழுமுறை அலம்பி உலர்த்தி எடுத்துக் கொள்ளவும்.

	தாது	-	தாவர வர்க்கங்கள்
1.	உலோகம்	-	11
2.	காரசாரம்	-	25
3.	பாடாணம்	-	64
4.	உபாசம்	-	120
5.	மூலிகை	-	1008

நச்சும் - முறிவும்

நச்சுப் பொருள்களை சேர்த்து மருந்துகள் முடிப்பதற்கு முன் அவைகளுக்குரிய சுத்தி முறைகளை முறைப்படி செய்யாததாலும், மருந்துகளின் செய்பாக தவறினாலும், அனுபானத்தை சரிவர அனுசரிக்காமல் அளவுக்கு மீறிய மருந்தை ஒழுங்கின்றி உட்கொண்டதினாலும், பத்திய விதிகளை கடைபிடிக்காததினாலும் உடலில் நச்சுத்தன்மை ஏற்படுகிறது. சில சமயங்களில் நஞ்சுப் பொருள்களை வேணுமென்றே தெரிந்தும் அல்லது தெரியாத தன்மையிலும் உட்கொள்ள உயிருக்கே தீமையான ஆபத்து நேரிடுகிறது. இந்நிலையில் உடனுக்குடன் அவைகளுக்குகந்த முறிவு முறைகளை முதலுதவி போன்று உபயோகிக்க வேண்டியது மிக அவசியம்.

இரசம் :

இதன் விஷத்தால் வாயில் அச்சரம் போன்ற சிவந்தபுண், ஈறு பற்கள் கிட்டுதல், வாயும், தொண்டையும் வெந்து வீங்குதல் உமிழ்நீர் பெருகி ஒழுகுதல், பசிக்குறைவு வயிறும், குடலும் புண்ணாகுதல், பக்கசூலை, விக்கல், வாந்தி புண், படை, நடுக்கம் ஆகிய குறிகள் தோன்றும்.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

இதற்கு வெள்ளை முட்சங்கள் இளைச்சாற்றை ஒரு ஆழாக்கு அளவு தினமும் இருவேளை கொடுக்கவும். அறுகம்புல் வேரையும் மிளகும் சேர்த்து எட்டுக்கு ஒன்றாய் கியாளமிட்டு அதில் சிறிது வெண்ணெய் சேர்த்து காலை, மாலை இருவேளை கொடுத்து வர நஞ்சு முறியும். நீலிவேரை அரைத்து சுண்டை பிராமணமும் கொடுக்கலாம்.

வீரம் :

வாய்நீருரல், களிம்புச்சுவை, வாய்தொண்டை இரப்பை புண்ணாகுதல் விழுங்க இயலாது முகவீக்கம் விக்கல் மூர்ச்சனை, மயக்கம் வாந்தி, இரத்தபேதி காணப்படும்.

இதற்கு கோழிமுட்டை வெண்கருவை பாலுடன் அடிக்கடி கொடுக்கவும். சிறு நெருஞ்சி சாற்றையும் அவ்வப்போது கொடுக்கலாம். மற்றும் அவுரியின் சாற்றை பாலில் கலந்தும் கொடுக்கலாம்.

பூரம் :

வாய், நா, வயிறு, ஈறு, தொண்டை, புண்ணாகும். ஒன்றம் விழுங்கமுடியாது. நாற்றமுள்ள நீர் கசிதல், முகத்தில் செவ்வாப்பு, இடுப்புவலி, பிஜம் வீங்குதல், இரத்தபேதி உண்டாகும்.

அவுரி வேர்ப்பட்டையை சுடுநீர் விட்டரைத்து சுண்டையளவு தினம் இருவேளை கொடுக்கவும். படிகாரம் காசுக்கட்டி இவைகளில் ஏதாவது ஒன்றை மோரில் அல்லது எலுமிச்சம் பழச்சாற்றில் கலந்து கொடுக்கலாம்.

இலிங்கம் - இரச செந்தூரம் :

இதனால் வாய், நாவு, குரல் வளை, மார்பு இவைகள் வெந்து புண்ணாகும். பேச இயலாது. வயிற்றில் எரிவு, எரிச்சல் புளித்தக்காடி போல் ஒழுகும்.

இவ்விரண்டிற்கும் முறிவு சாதிக்காய், வாள்மிளகு, செரும்பருத்தி வேர்பட்டை இவைகளை சம எடையாகக் கூட்டி கியாளமிட்டு கற்கண்டு சேர்த்து கொடுக்கவும்.

கந்தகம் :

உடல் நிறமற்று முகம் வெளுகத்த கண் மஞ்சளித்து, பற்கள் கறுத்து பாசியடைந்து காணும். மஞ்சள் நிறமுள்ள வியர்வை, மலம், நீர் காணும் உடல்வலி வயிற்றுப் புசம் ஏற்படும்.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

மிளகு :

சீரகம், நீலிவேர் இவைகள் சமன் செய்து கியாழமிட்டு கொடுக்கலாம். ஆவாரம் வேர், தைவேளை, நீலிவேர், சுக்கு பருத்தியில் இவைகளை சமன் கட்டி கியாளமிட்டு கொடுக்கவும்.

தாளகம் :

நகக்கண்களில் இரத்தம் கட்டி புண்ணாகி சீழ் வடியும். வயிற்றில் எரிவு, குரல் கம்மல் உணவில் வெறுப்பு, சுவையின்மை, சுவாசத்தினால் இடுப்புவலி முதலியவை தோன்றும்.

இதற்கு நீலிவேர், ஆவாரம்பூ வெட்டிவேர், சீரகம், மாதுளைவிதை, தென்னங்குறும்பை இவைகளை சமன்கட்டி கியாழமிடடு அருந்தவும். மிளகு சேர்ந்த குடிநீர் அல்லத அவுரிவேர் குடிநீர் சுண்ணாம்பு தெளிவுநீர் கொடுக்கவும்.

வெள்ளை பாஷாணம் சங்கு பாஷாணம் :

இதனால் இரத்தம் முறிந்து முகம் வீங்கி, வாய் உதடு புண்ணாகி, குருதிபேதி, அதிக தாகம், அதிக வியர்வை, நீரடைப்பு, அறிவு தடுமாறி, மயக்கமுற்று மரணம் சம்பவிக்கும்.

இதற்கு ஏலம், முசுமுசுக்கை வேர் சேர்த்து குடி நீரிட்டு படிகாரம், சர்க்கரை சேர்த்து உடனுக்குடன் கொடுக்க முறிவாகும். அவுரிவேர், மிளகு சம எடை சேர்த்து குடிநீர் இட்டு கொடுப்பது நன்று.

கற்பூரம் :

வயிற்றுவலி, வயிறெரிவு, வாந்தி, இரத்தபேதி, தலைநோய், தொண்டை முதல் ஆசனம் வரை எரிதல், அரட்டல், புரட்டல், நாடி படபடத்தல், அதிவியர்வை, மயக்கம் ஆகிய குறிகள் உண்டாகும்.

இதற்கு காசுகட்டியை எலுமிச்சம் பழச்சாற்றில் அரைத்து பசுமோரில் கரைத்துக் கொடுக்க சாந்தியாகும்.

துருசு :

வாயில் களிம்புச்சுவையுடன் குமட்டல் வாய் நீரூறல் வாந்தி, வயிற்றுப் பொருமல் நீரடைப்பு, கடுப்பு, காமாலை, கண் சொருகுதல், பசியின்மை, மரணமும் சம்பவிக்கும்.

In Public Domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

இதற்கு தேன், இஞ்சி, மாதுளை, சர்க்கரை இவைகளைக் கூட்டி அரந்த வேண்டும்.

தாம்பரம் :

வாந்தி பேதி தாகம் பிரமை, மூர்ச்சை பிரமேகம், விக்கல் முதலியன காணும்.

இதற்கு எலுமிச்சம் பழச்சாற்றில் சுக்குத்தூளையிட்டு கொடுக்கவும். கற்கண்டு, காட்டுத் தணியா அரிசி அல்லத கொத்தமல்லி இவ்விரண்டையும் சமமாக ஜலம் விட்டு காலை மாலை குடித்து வர இவ்விஷம் சாந்தியாகும்.

நாகம் :

இரத்ததோஷம், கபம், பாண்டு, குஷ்டம், அருசிக்ஷயம், சுரம், சூலை முதலியன உண்டாகும்.

இதற்கு வசம்பு, கடுக்காய் இவைகளின் சூரணத்துடன் சர்க்கரை சேர்த்து சாப்பிட்டு வர சாத்தியாகும்.

வங்கம் :

பல ஈறு கறுத்தல், வயிற்று வலி, கொப்பூழில், வலி மலக்கட்டு, வயிற்றுப்புசம், கைகால் சோர்வு பக்சசூலை, காமாலை, இளைப்பு, உடலில் சொறி நமைச்சல் காணும்.

காட்டுப்புளி யானை வேரின் விழுதை அரைத்து சுண்டைப் பிரமானம் இருவேளை கொடுத்துவர குண மேற்படும். கற்கண்டு, ஓதியம் பட்டை சம எடை, சூரணித்து சாப்பிடலாம். கரும்புச்சாறு அல்லத கருப்புப் புல்லாங்கு சாறு கொடுக்க நஞ்சு முறியும்.

அப்பிரகம் :

சயம் இருமல், சுவாசத்தடை, வயிற்று எரிச்சல், பொறுமல் தோன்றும், கவனிக்காவிடில் மரணம் சம்பவிக்கும்.

இதற்கு வெற்றிலைச்சாறு, இஞ்சிச் சாறு சமன் கூட்டி அரை ஆழாக்கு வீதம் காலை மாலை, கொடுக்க சாந்தியாகும். குன்றி வாந்தி, வயிற்றுக் கடுப்பு, மயக்கம் உடல் அழற்சி பேதி மந்தம் காணப்படும்.

In Public domain. Digitization: Muthulakshmi Research Academy

இதற்கு [illegible] கரைத்து கொடுக்க தோஷம் தீரும்.

கற்சுண்ணாம்பு :

வாய், தொண்டை, நாவு, தாபித முற்று இரணமாகி சிவந்து காணும். வயிரெரிவு, வாந்தி பேதி காணப்படும்.

இதற்கு தேங்காய்ப் பால், மஞ்சள் குடிநீர் கொடுக்கவும்.

நேர்வாளம்:

பேதி, வாந்தி, வயிற்றுவலி, மயக்கம், மூர்ச்சை வியர்வை, உடல்வலி காணும்.

வசம்பு, புளியங்கோது இவைகளின் சாம்பல் சமன் கட்டி கியாழமிட்டு கொடுக்கவும். வசம்பை சுட்டு தேனில் குழைத்த நாவில் தடவவும். எலுமிச்சை பழத்துடன் சீரகம் சேர்த்து கியாழமிட் சாப்பிடவும். மோர் அருந்தினால் பயனளிக்கும்.

கள்ளி வகைகள் :

வாந்தி, பேதி, வலி, வாய், குடல் முதலிய புண்ணாகுதல், மயக்கம், மூர்ச்சை யுண்டாகும். முதலில் சிற்றாமணக்கு நெய், கொடுத்தவிட்டு பிறகு பேதி கட்டும், மருந்துகளையும், தேங்காய்ப்பால் முதலிய வீரணத்தை ஆற்றும் பொருள்களையும் கொடுத்தல் நன்று. கோவைச் சாற்றைக் கொடுக்கலாம். ஆவாரை இலையை விழுதாக்கி உட்கொள்ளவும்.

அலரி :

வாந்தி, விக்கல், மயக்கம் ஏற்படும். உடனே குடிநீர் கொடுக்கவும்

எருக்கு :

வாய், வயிறு புண்ணாகி வாந்தி - பேதி காணும் உடலில் பட்ட இடத்தில் விரணமாகும். பருத்தியிலையை காடியிலரைத்து பாக்களவு கொடுக்கவும்.

எட்டி :

வாய் நீருறல், விறுவிறுப்பு, வாந்தி, பேதி, மூச்சடைப்பு, இசிவு உடல் வளைந்து நோதல் தளர்ச்சி அறிவு மந்தம் இவைகள் ஏற்படும்.

In Public domain Digitization Muthulakshmi Research Academy

இதற்கும் கடுக்காய்த் தூளை குடிநீரிட்டு அருந்தவும். செங்கொட்டை வாய், வயிறு, குடல் புண்ணாகும். எரிச்சல், வாந்தி, பேதி, கொப்புளங்கள் உண்டாகும்.

இதற்கு புளியிலையைச் சிதைத்து நீர் விட்டு அதனில் ஓர் இளநீரை போட்டு நன்றாக வேக வைத்து, பிறகு இளநீரின் வழுக்கையைத் தின்று அதன் நீரையும் குடிக்க முறிவு காணும். உடலில் ஏற்படும் புண்ணுக்கு கோவைக் கிழங்கு, சந்தனம், எள்,ஏலரிசி சமன் கூட்டி நீரில் அரைத்து தேன் கலந்து மேலே பூசவும்.

அபின் :

கஞ்சா தலை சுற்றல், சோம்பல், மந்தம், மலக்கட்டு, கடின மூச்சு கண்மணி குறுகி விரிதல், மயக்கம், உறக்கம் ஏற்படும், மிஞ்சினால் மரணமும் நேரிடும். இலைக் கள்ளி வேர், கோரைக் கிழங்கு, சுக்கு இவைகளை சமன் கட்டி கியாழமிட்டு கொடுக்கவும். பொதுவாக எல்லா விஷங்களுக்கும் முறிவு - அவுரி வேரை, வெற்றிலை மிளகுடன் குடிநீரிட்டுக் கொடுக்கவும். மிளகு, சீரகம் சிறுகீரை நீலிவேர் இவைகள் சமன் சேர்த்து குடிநீர் இட்டு கொடுக்கவும்.

நிறுத்தல் அளவை

2 உளுந்து எடை
9 அரிசி எடை 1 குன்றி எடை
1 குன்றி எடை - 2 கிரெயின் - 30 மில்லி கிராம்
3 3/4 குன்றி எடை - 1 பணவெடை - 488 மில்லி கிராம்
9 பணவெடை - 1 வராகனெடை
32 குன்றி எடை - 1 வராகனெடை - 4 - 2 கிராம்
2 1/4 வராகனெடை - 1 சரவன் எடை
3 1/4 வராகனெடை - 1 தோலா - 12 கிராம்
10 வராகனெடை - 1 பலம் - 35 கிராம்
40 குன்றி எடை - 1 கழஞ்சு - 5.1 கிராம்
8 கழஞ்சு - 10 வராகனெடை
3 தோலா - 1 பலம்
8 பலம் - 1 சேர்
5 சேர் - 1 வீசை 1400 கிராம்
1000 கிராம் - 1 கிலோ கிராம்

In Public domain, Digitization Muthulakshmi Research Academy

முகத்தல் அளவை

60 துளி - 1 தேக்கரண்டி அளவு
8 தேக்கரண்டி - 1 அவுன்ஸ், 30 மில்லி லிட்டர்
1 ஆழாக்கு - 6 அவுன்ஸ், 200 மில்லி லிட்டர்
5 ஆழாக்கு - 1 லிட்டர்
8 ஆழாக்கு - 1 படி, 1.35 லிட்டர்
20 ஆழாச்கு - 1 காலன்

கொள்ளை நோய்களும் தடுப்பு மருந்துகளும்

கண் வலியும் கண் பாதுகாப்பும்

நமது கண்கள் ஒரு நிமிடத்திற்கு 30 வினாடிகள் திறந்தும் 30 வினாடிகள் மூடியும் இயங்குகிறது. கண்ணின் இமை 8 வினாடிகளுக்கு ஒரு முறை இமைக்கிறது. கண்களில் இருந்து வெளியாகும். கண்ணீருக்கு எந்தக் கொடிய கிருமிகளையும் அழிக்க வல்ல சக்தியுண்டு. இதனால் கண்ணில் படியும் அழுக்குகளையயும் தூசிகளையும் கண்ணீர் கரைத்து வெளியாக்கி சுத்தப்படுத்தி விடுகிறது.

அப்படியிருந்தும் சில சமயங்களில் ஏற்படும் கண்வலி கண் எரிச்சல் கண்கள் சிவந்து நீர் கசிவது போன்ற குறிகள் ஓர் தொற்று வியாதியாக பரவுகிறது. இந்த நோய் பெரியவர்களை விட சிறுவர்களிடம் அதிகமாகக் காணப்படும். கண் சிவந்து நீர் வடிந்து மணல் விழுந்ததைப் போல் உறுத்தியும் இரவில் இமைகள் கெட்டியாக ஒட்டிக் கொண்டு மஞ்சள் நிறமான பீளை அதிகமாக வெளிவரும்.

பரிகாரம் : சோற்றுக் கற்றாழைச் சோறு 5-6 முறை நன்றாக கழுவி சுத்தம் செய்து 60 கிராம் அளவு எடுத்தக் கொள்ளவும். அதை ஓர் மண் பாத்திரத்தில் போட்டு அதன் மேல் படிகாரம், சீரகம் வகைக்கு 3 கிராம் அளவு நன்றாகப் பொடித்து அதன் மேல் போட்டு 3 மணி நேரம் வரையில் நன்றாக மூடிவைத்துப் பார்த்தல் அதில் தண்ணீர் கசிந்து இருக்கும். இந்த நீரை நோயுள்ள கண்ணில் 2-3 சொட்டுகள் விட்டு வர குணமடையும். இரவில் படுக்கைக்கு போகும் போது கண்களில் 3 துளி சிற்றாமணக்கு எண்ணெயை விட்டு வைக்கவும்.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

அம்மை :

வைசூரி. இதுவும் ஒரு தொத்து வியாதி. தீடீரென்று தோன்றி பலருக்கும் வீட்டிலும் வெளியிலம் பரவும். சுரம், குளிர் வேகமான நாடியும், மூச்சும் பலமான தலைவலி, குமட்டல், வாந்தி 4-5 தினங்களில் அம்மை வடுக்கள் தெரிந்து கொப்புளங்கள் போல பரவும். சொரிந்தால் உடைந்து அதிகமாகம். முகம் பூராவும் திட்டு திட்டாக சிவந்து போகும்.

தாழை விழுதைத் தட்டிச் சாறு எடுத்து 1/4 படி சாறுக்கு 4 தேக்கரண்டி அளவு சர்க்கரை கலந்து காய்ச்சியோ அல்லத காய்ச்சாமலோ 2-3 வேளை சாப்பிட அம்மை நோய் ஏற்படாது.

சிகப்புப்பூ பூக்கும் அகத்தி வேர் பட்டையை பன்னீர் விட்டரைத்து கடலைப் பிரமானம் சாப்பிட்ட அம்மை தடுப்பாகும்.

வைசூரி மாத்திரை :

வெள்ளைக்குங்சிலியம் 10 கிராம், அவுரி யிலைச்சாறு வேண்டிய அளவு முதலில் குங்கிலியத்தை பசும் பாலில் சுத்தி செய்து எடுத்த அவுரியிலைச் சாற்றால் மெழுகு பதம் அரைத்து பிறகு நன்றாய் வெந்த புழுங்கலரிசி சாதம் 1/2 ஆழாக்கு போட்டு நன்றாக மறுபடியும் அரைத்து கடலைப் பிரமாணம் மாத்திரைகள் உருட்டி வைத்து கொள்ளவும். இதனில் வேளைக்கு 2 மாத்திரை வீதம் இருவேளை தேனில் சாப்பிட குணம் காணும்.

வாந்தி - பேதி :

இது ஒரு பொல்லாக் கொள்ளை நோய். குடி தண்ணீர் உணவு மூலமாக வெளி வேகமாக பரவும் ஆற்றல் உள்ளது. சீரண உறுப்புகள் முதலில் பாதிக்கப்பட்டு அதிகமான பேதி, வாந்தி, அதிக தாகம், தசைகளில் பிடிப்பு ஏற்பட்டு உடலுக்கு அசதியைக் கொடுத்து, கை கால்களில் சில்லிப்பு ஏற்பட்டு, இசிவு கண்டு மரணம் சம்பவிக்கும். இதற்கு உடனடியாக சிகிச்சையளிக்க வேண்டும்.

ஓமத்தீ நீர், திரி கடுகு (சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, சூரணத்துடன் இலவங்கப்பட்டை, வெந்தாயம் போட்டு கியாழமிட்டு கொடுக்க இந்நோய் அணுகாமல் தடுக்கலாம்.

In Public domain, Digitization Muthulakshmi Research Academy

எருக்கன் பூவின் கிராம்பு போன்ற காம்பு 12 கிராம் மிளகு 12 கிராம் இஞ்சி 20 கிராம் இம் மூன்றும் சேர்த்து அரைத்து சுண்டையளவுமாக திரைகளாக்கி தேனுடன் கொடுக்க வாந்தி பேதி நீங்கும்.

வாந்தி பேதிக்கு - பிரளையகால ருத்திரன்

செம்புத்தூள் 40 கிராம், தாளகம் 40 கிராம் இரச கற்பூரம் 10 கிராம், வெங்காயம் 10 கிராம் கற்பூரம் இவைகளை கல்வத்திலிட்டு 2 சாமம் அரைத்து ஓர் சீமை மூசையில் மூடி சீலை செய்து கருமான் உலையில் வைத்துப் பழுக்க ஊதிய பிறகு எடுத்து உருகின சரக்கை ஓர் செங்கல்லின் மேல் சாய்ந்து ஆறியபின் அதை கல்வத்திலிட்டு நன்கு அரக்க கருப்பு மருந்ததாகும். இதை காலரா கண்டவர்களுக்கு 50 - 100 மில்லி கிராம் அளவு தேனுடன் 3 - 4 வேளை கொடுக்க குணமாகும். பிளேக் எனும் நெரிக்கட்டி சுரம்.

இதுவும் ஓர் தொத்து வியாதி, உடனடியாக அக்கம் பக்கத்தில் பரவும். வாய்ப்பையுடையது, இதற்கு வரு முன்னும் வந்த பின்னும் கொடுக்கக் கூடிய மருந்து.

தாழம்பு மாத்திரை :

வீரம் 30 கிராம், இலவங்கம் 30 கிராம், இரச செந்தூரம் 30 கிராம், கந்தகம் 90 கிராம், நேர்வாளம் 60 கிராம் இவைகளை தனித் தனியே முறைப்படி சுத்தம் செய்து, பொடித்த கல்வத்திலிட்டு தாழம்பு சாற்றால் 4 சாமம் (12 மணி நேரம்) அரைத்து மிளகளவு மாத்திரைகளாக செய்து நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். 2 மாத்திரை வீதம் தேனில் குழைத்து 2-3 வேளை கொடுத்த வர குணம் காணும். கக்குவான் இருமல் - தொத்த வியாதியேயாகும். தும்மூவதினாலும் இருமுவதினாலும் பரவுகிறது. காற்றுக்குழாயை சுற்றி அழற்சி ஏற்படுவதால் பலமான இருமல், ஜலதோஷம் பிறகு வறண்ட இருமல் தொடர்ந்து மூச்சு தினரும் இருமல் முதலியவை ஏற்படும் கண்கள் சுருளுதல், வியர்வை, விக்கல்கபம் வெளியே கக்குதல் காணும். வியாதியுள்ளவர்களுடன் மிகவும் நெருங்கி பழகுவதினால் தொற்றி பரவுகிறது. இவ்வியாதி பெரியவர்களைவிட சிறயவர்களையே பாதிக்கின்றது.

மிளகாய் இலைச்சாற, தேனும் சமன் கலந்து வேளைக்கு 10 துள வீதம் தினம் இரு வேளை சாப்பிட நீங்கும்.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

கக்குவான் நெய் :

தூதுவளைச்சாறு 500 மில்லி லிட்டர், பசு நெய் 500 மில்லி லிட்டர், கோஷ்டம் 50 கிராம் இவைகளை சூரணித்தக் கலந்து மண் சட்டியில் போட்டு நீர் சுண்டக் காய்ச்சி காலை மாலை 10 துளி உள்ளுக்கு கொடுக்கவும்.

கக்குவான் லவனம் :

ஊமத்தங்காய்களின் உள்ளிருக்கும் விதைகளை நீக்கிவிட்டு அதனுள் போதுமான உப்புத்தூளை நிரப்பி காய்களை மூடி சீலை மண் செய்து பக்குவமாக புடமிட்டு ஆறியபின் சீலையை நீக்கி உப்பை மட்டும் தணித்தெடுத்து பொடித்து போதுமான அளவு கடுக்காயத்தூளுடன் சேர்த்து வைத்துக் கொள்ளவும். நோய் உள்ளவர்களுக்கு வேளைக்கு 1/2 முதல் 1 கிராம் தேனுடன் இருவேளை கொடுக்கவும்.

மஞ்சட் காமாலை :

இந்த நோயும் பரவலாக வியாபிக்கும் வாய்ப்புண்டு. மஞ்சள் காமாலை ஆரம்பமாகுமுன் நகம், கண் லேசாக மஞ்சள் படரும். பிறகு காய்ச்சல் ஆரம்பமாகும். பிறகு கண்களிலுள்ள வெள்ளை பாகம் மஞ்சள் நிறமாக மாறும். சிறு நீரும் மஞ்சளாக இருக்கும். மலம் கட்டும் வெளுத்தும் காணப்படும்.

சங்கம் வேரை பசும் பாலில் அவித்து சுத்தம் செய்தது. 50 கிராம் அதிமதுரம் சூரணம் 50 கிராம் கடுகு ரோகணி சூரணம் 50 கிராம் இவைகளை கல்வத்திலிட்டு 2 நாள் அரைத்து சிறு சுண்டைக்காய் அளவு உருட்டி நிழலில் உலர்த்தி காய வைத்துக் கொள்ளவும். இரு வேளை ஒவ்வொரு மாத்திரை வீதம் சாப்பிட்டு பசும் பால் சாப்பிட 5 நாட்களில் குணமேற்படும்.

சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, வாய், விளாங்கம், மஞ்சள் கடுக்காய், தான்றிக்காய், நெல்லிக்காய் இவைகளை பொடித்து சலித்து பசும்பாலில் போட்டுக் காய்ச்சி தினம் 2 வேளை சாப்பிட தீரும்.

இதனுடன் அயச்செந்தூரம், அன்னபேதி செந்தூரம் மண்டூரச் செந்தூரம் இவைகளைக் கொடுக்க தீவிரத்தில் குணம் காணும்.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

சில அவசர சிகிச்சைகள்

அவசரமான சமயங்களில் இலகுவான பரிகாரமும், நோய் தீர்க்கக் கூடிய செயல்களும் பயனளிக்கக் கூடும். சில ஆபத்துக்களும் இதனால் நீக்கக்கூடும் உயிர் பிழைக்கவும் செய்யக் கூடும்.

வாந்தி பேதி : மிளகு, கற்பூரம் ஆகிய இவற்றை ஓரளவாக எடுத்து முந்திரிப் பழச் சாற்றில் போட்டு பூமியில் 4 நாள் புதைத்துவைத்ததை எடுத்து மிளகு கியாழத்தில் கொடுக்க குணமாகும்.

இரத்த வாந்தி : உடனே இளநீர் கொடுக்கலாம். குளிர்ந்த (ஐஸ் போட்டது) பாலை குடிக்க செய்யலாம்.

பூச்சிக்கடி பூரான் கடிக்கு: குப்பைமேனி இலைச்சாற்றில் உப்பு கலந்து பூசி வைக்கலாம்.

அக்கனி திராவகம் : சாப்பிட்டதற்கு இவ்விஷயத்தில் வாந்தி கொடுக்க ஒன்றும் கொடுக்கக் கூடாது. முட்டையின் வெண்கரு கூவை மரப்பொடி, ஆலிவ் எண்ணெய் போன்ற ஏதாவது ஒன்றை கொடுக்க வேண்டும்.

தேள் விஷம் நீங்க : 3 வெற்றிலையுடன் 11 மிளகை வைத்த நன்றாக மென்று விழுங்க வேண்டும். உப்பை மீண்டும் கரைத்தால் கரையாத அளவுக்கு உரைந்து எடுத்து படுக்க வைத்து 2 கண்களிலும் 3 துளி விடவும். 2-3 முறை கண்களை திறந்து திறந்து மூடவும்.

பாம்பு கடிக்கு : வாழைப்பட்டை சாற்றைப் பிழிந்து (அடிவேர் தண்டு) சேர் அளவுக்கு சாப்பிடவும் சிறியாநங்கை இலையை நிழலில் உலர்த்தி வஸ்திரகாயம் செய்து 20 கிராம் தூளை உள்ளுக்கு கொடுக்கவும்.

மூக்கில் இரத்தம் வடிதல் : பசுஞ்சான விரட்டியை பொடித்து வஸ்திரகாயம் செய்து முகரச் செய்து முகரச் செய்து ஐஸ் கட்டியை சிரசிலும், நெற்றியிலும் வைக்க தீரும்.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

விக்கல் : கரும்புச் சாற்றைப் பிழிந்து 2 மூக்கிலும் 2 துளி வீதம் விடவும். பழைய செருப்பின் தோலை நன்றாகக் கழுவி உலர்த்தி துண்டுகளாக வெட்டி சட்டியிலிட்டு கருகக் கரியாக்கி 1 சிட்டிகை வீதம் தேனில் குழைந்து உள்ளுக்கு கொடுக்க விக்கல் நிற்கும்.

காது குத்தல் : ஒரு தலைப் பூண்டும் சோற்றுப்பையும் சேர்த்து வெதுப்பிக் கசக்கி 3 சொட்டு சாற்றைக் காதில் விடவும். தினம் 2 வேளை சாம்பிராணிப் புகை காட்டவும்.

திடீர் மயக்கம் : பெரிய எலும்மிச்சம் பழச் சாற்றை சிறிது வெந்நீரில் கலந்து குடிக்கவும்.

தீப்புண்களுக்கு : நன்றாக பழுத்த வாழைப்பழத்தைப் பிசைந்து தீச்சுட்டப் புண்ணின் மேல் தடவி, ஒர வெற்றிலையால் மூடி துணியால் சுற்றினால் புண் வெகு விரைவில் ஆறிவிடும். இரத்த மூத்திரம் நெருஞ்சி விதையை ஒரு பிடி எடுத்து செவ்வள நீரில் ஊற வைத்து அரைத்து சாப்பிட குணமாகும்.

வெட்டுக் காயம் : மாசிக்காயைச் சுட்டு அவற்றின் சாம்பலை காயத்தின் மீது தளமாக அழுத்தி வைக்க உதிரப் போக்கு நிற்கும்.

கண்ணாடி, பீங்கான் உடைத்து குத்தினால் :

கீழ்க்காய், நெல்லியை அரைத்து வைத்துக் கட்டவும். சுக்குப் பொடியையும், சீனியையும் கலந்து வைத்துக் கட்டவும். ஆணி குத்தினால் சுண்ணாம்பை ஆணி குத்திய வாயில் பூசி விடவும். பசுவின் சாணியால் வளையம் போட்டு 2 சேங் கொட்டைகளை சுட்டு ஒரு சட்டியில் இட்டு அவற்றில் வேப்பெண்ணெயை விட்டுக் காய்ச்சி 4-5 துளி இரணவாயின் மீது விடவும்.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

நோய்க் குறிகள்

சுரம் இரு ஏழு வகைப்படும். முக்கிய குறிகள் - உடலில் வெப்பம், குளிர் கீல்களில் வலி, வாந்தி, கண்கள் சிவந்து நீர் வடிதல், அருசி கசப்பு, தலைநோய் முதலியவை காணப்படும். சன்னி தீவிர சுர ரோகத்தினால் சன்னி வியாபித்து அசாத்திய குறிகள் ஏற்படும். இது பதிமூன்று வகைப்படும். தேகமானது ஒரு சமயம் அதி வெப்பமாகவும் மறு சமயம் சீதளமாயும் காணப்படும். கீல்களிலும், சிரசிலும், அதிக வேதனையுண்டாகி பிதற்றல், மூர்ச்சை, இசிவு, விக்கல் சித்தபிரமை உண்டாகும்.

ஜல தோஷம், சோம்பல் மூர்ச்சை, தாகம், புலம்பல், சுரம், எரிச்சல், துரித நாடி, வியர்வை, தொண்டைக் கம்மல், நடுக்கல் உண்டாகும். இவை ஏழு வைக்கப்படும்.

குன்மம், பித்த அதிகரிப்பினால் வயிற்றுப்புசம், சூடலிரைச்சல் மலபந்தம், அசீரணம், வாந்தி, அசதி, மந்தம், சிவந்த மூத்திரம், சில சமயம் கழிச்சல், அதிசுவாசம் உண்டாகும்.

வயிற்று வலியும் கடுமையான சுரமும் உண்டாகும். இது எண் வகை குண்மங்களாகும்.

சூலை : இந்நோயானது திடீரென வியாபித்து திடீரென போய் விடும். கை கால் கடுப்புடன் குடைச்சல், மலபந்தம், வயிறு பொருமல் வயிற்றிலும் விலாபக்கத்திலும் வேதனை, திமிர், சுரம், தேககாங்கை முதலியவை காணப்படும். இது பதினைந்து வகைப்படும்.

இருமல் : இதுவே காச நோய் எனப்படும். வாய்வானது மார்பில் சேர்ந்து முதுகு, மார்பு, விலாபக்கம், தொண்டை முதலிய இடங்களில் வலியுண்டாகி இருமல், கோழைக்கட்டு ஏற்பட்டு மேல்மூச்சு, ஈனத்தொனி முதலியவைகளை உண்டாக்கும்.

பாண்டு : சரீரம் மஞ்சள் அல்லது வெள்ளை நிறமாகக் காணும். கண்கள் இருண்டு, குரல், கம்மல், நெஞ்சுவலி

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

சுவாசபந்தம், தலைவலி, கண் சிவந்தல், நடுக்கல், சோர்வு, மார்பு துடிப்பு, மேல்மூச்சு, காங்கை, இளைப்பு இவைகள் தோன்றம். இதுவும் ஐந்து வகைப்படும்.

காமாலை : அதிக உஷ்ணத்தினாலும், பித்தாதிக்கத் தினாலும் கை கால் அசதி, வயிறு பொருமல், அன்னஞ் செரியாமை, தேக எரிச்சல், சிறு நிர், மஞ்சள் நிறமாக, மலம் வெளுத்து அருகலுடன் போகும். மன சலிப்பு உண்டாகும். இது பதிமூன்று வகைப்படும்.

மூலம் : ஆசன வளையங்களில் கிழங்கு மூளைக்களை போலவும். வேர்கள் போலவும் காணப்படும். இதனால் ஆயாசம், தேக மெலிவு, ஆசனத்தில் மிகு நோவு, எரிச்சல், மலக்கட்டு, அபான வாயு, இரத்தம் விழுதல் முதலிய அறிகுறிகள காணப்படும். இது இருபத்து ஒன்று வகைப்படும்.

சோபை : உடல் வற்றும், தேகம் வெளுக்கும், அசீரணம் துர்பலம், நடுக்கம், மந்தம், தேகத்தில் தினவு, வீக்கம் மயக்கம், உளைச்சல் உண்டாகும்.

பிரமேகம் : கீழ் வயிற்றுப்புசம், நாபிவலி, சிறுநீர் பல நிறங்களில் போதல், சிறுநீர் கலங்கல், ஆண் குறி இவைகளில் கடுப்பு, நீர் துவாரத்தில் மஞ்சள் நிறமான சீழ் கசிவு அடிக்கடி, நீரிரங்கல் சிறு நீர் கழிவதற்கு முன் தந்திபோல் வெண்ணிரமாக விழுதல், கைகால் எரிச்சல் ஆகிய குணங்களைப் பெற்றிருக்கும் இத முக்கியமாக பதினான்கு வகைப்படும்.

மகோதரம் : இதனை உதாரோகமென்றும் சொல்வ துண்டு. பெருவயது கனத்து பருத்து கடினமாக ..னு மினுத்துக் காணப்படும். சரீர வீக்கம், இரைப்பு, மூர்ச்சை, படுக்க முடியாமை மூச்சுத் திணரல் இவைக்ள உண்டாகும்.

குஷ்டம் : சரீர பளபளப்பு, கடினத்துடன் தடித்த சருமம், தொட்ட இடத்தில் தினவு சில சமயம் மறுத்துப் போதல்,

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

வியர்வை ரோம சிலிப்பு சிறுகாயமும் பெரிய விரணமாகுதல், குழிப்புண்கள் கைகால் குறையும், விரல்கள் கனத்து ரணமாகும். வெடிப்புகள் தோன்றம். இது பதினெட்டு வகைப்படம்.

கிராணி : நடு வயறு நோதல், பலவண்ணமாக பேதியாதல் உறக்கம், நரம்பு தளர்ச்சி, உண்ட மருந்தும் பேதியாகுதல், வயிற்றுப்புசம், உண்டவுடன் பேதியாதல், அருசி தாகம், இக்குணங்களை மேற்கொண்டிருக்கும். இது இருபத்தைந்து வகைப்படும்.

சீதபேதி : மலமானது நுரை நுரையாக சீதத்துடன் பேதியாதல் வயிற்றுவலி, ஆசனம் கடுத்தால், தேகத்தில் தினவு, உஷ்ணம் அடிக்கடி மலம் போனாலும் மலம் வருவதைப் போன்ற தினவு இக்குணங்களை கொண்டிருக்கும்.

பெரும்பாடு : பெண்களுக்குன்டாகும் சூதக நோயில் அதிக அளவு குருதி வெளிப்படல். சரீரமெங்கும் வலி மர்மஸ்தானத்தில் அழலை துர்கந்தமான மாதவிடாய் காணுதல். மாதமிரண்டு, மூன்று முறை மாதவிடாய் வருதல், இரத்தம் கட்டி கட்டியாக வெளிபட்டு அசதியை உண்டாக்குதல் முதலியவை காணப்படும்.

நீரிழிவு : இரத்தத்தில் சர்க்கரை சத்து அதிக அளவில் இருந்து அது சிறுநீர் வழியாக வெளியே தள்ளப்படுகிறது. இரத்தத்திலும் சர்க்கரை சத்து கலந்திருக்கும். அதிக தாகம், ஒரு நாளைக்கு பலமுறை சிறுநீர் போதல், பசி எடை குறைதல், பலவீனம் மலச்சிக்கல், மயக்கம், தசைகளில் வலி உண்டாகும்.

க்ஷயம் : இந்த வியாதி எந்த பாகத்தையும் பாதிக்கும். பொதுவாக சுவாச கோசங்களைப் பற்றும். குமட்டல், பசியின்மை தலைவலி, வாந்தி, சுரம், சோகை, எடைகுறைதல் அதிக கபவெளியேற்றம் இவைகளையுடையது.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

மருத்துவ சிகிச்சை முறைகள்

சர்வ சுர கியாழம்:

நிலவேம்பு பற்பாடகம், கோரைக் கிழங்கு சீந்தில்கொடி, கடுகு ரோகனி வகைக்கு 10 கிராம் ஒன்றிரண்டாய் இடித்து ஒரு மட்பாண்டத்தில் போட்டு அதனில் 1 லிட்டர் தண்ணீர் விட்டு அடுப்பிலேற்றி சிறு தீயாக எரித்து எட்டிலொன்றாய்ச் சுண்டக் காய்ச்சி ஆறவிட்டு வடித்து வேளைக்கு 30 மில்லி லிட்டர் அளவு தினம் இரு வேளை 3 நாள் கொடுக்க எத்தகைய சுரமும் தீரும்.

சர்வ மாந்த கியாழம் :

ஆடாதோடை, பேய்ப்புடல், சீந்திற் கொடி, பற்பாடகம், கண்டங்கத்திரி, சுக்கு, நிலவேம்பு, வகைக்கு 10 கிராம் இவைகளை இடித்து ஓர் பழகிய புதுச்சட்டியில் போட்டு 1 லிட்டர் தண்ணீர் விட்டு அடுப்பிலேற்றி எரித்து 100 மில்லி லிட்டர் அளவு சுண்ட வைத்து வடித்த குழந்தைகளுக்கு 1-2 தேக்கரண்டி தினம் 3 மூன்று வேளை 2-3 நாள் கொடுத்த வர சகல மாந்தமும் சுரமும் குணமாகும்.

இருமல் கியாழம் :

ஆடாதோடை, கடுக்காய்த் தோல், சிற்றரத்தை, பேரீச்சங்காய், சுக்கு, அதிமதுரம் வகைக்கு 10 கிராம் ஒன்றிரண்டாய் இடித்து, ஓர் பழகின மட்பாண்டத்தில் இட்டு 1 லிட்டர் தண்ணீர் சேர்த்து எரித்து 100 மில்லி லிட்டர் அளவு சுண்டக் காய்ச்சி வடிக்கட்டி வைத்துக் கொண்டு வேளைக்கு 30 மில்லி லிட்டர் அளவு மூன்று வேளை கொடுக்க குணமேற்படும்.

ஏலாதி சூரணம் :

இலவங்கம் 5 கிராம், மிளகு 10 கிராம், சிறுநாகப்பூ 20 கிராம், தாளிசபத்திரி 40 கிராம், சுகை நீர் 80 கிராம், சுக்கு 160 கிராம், ஏலம் 320 கிராம் இந்த சரக்குகளை முறைப்படி பொடித்து சலித்து பின்னர் 640 கிராம் சர்க்கரையைத் தனியே பொடித்து சலித்து சேர்த்துக் கொள்ளவும். வேளைக்கு 1-2 கிராம் தேனுடன் இருவேளை சாப்பிட வாத பித்தம், கிரந்தி, விரணம், பெரும்பாடு தீரும்.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

நிலாவாரைச் சூரணம் :

நிலாவாரை, சுக்கு, மிளகு, ஓமம், வாய்விழங்கம் வகைக்கு 10 கிராம் முறைப்படி பொடித்து அதனுடன் 50 கிராம் பொடித்த சர்க்கரையையாம் சேர்த்து தினம் 1-2 கிராம் இருவேளை சாப்பிட வாயு, பொருமல்லிக்கல், வாந்தி, மலக்கட்டு, பித்தம் தீரும்.

பஞ்ச தீபாக்கினிச் சூரணம்:

சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, ஏலம், சீரகம் வகைக்கு 100 கிராம் இளவறுகலாக வறுத்து இடித்து சலித்து 500 கிராம் பொடித்த சர்க்கரையை சேர்த்து வேளைக்கு 1-2 கிராம் நெய் அல்லது தேனுடன் இருவேளை சாப்பிட வாயு, பித்தம், சூலை, உஷ்ணம், அசீரணம் தீரும்.

மயிலிறகாதி சூரணம் :

மயிலிறகு சுட்ட சாம்பல் 40 கிராம், திப்பிலி 80 கிராம், சீரகம், 100 கிராம், திப்பிலி சீரகம் இவ்விரண்டையும் பொடித்து சலித்து மயிலிறகுச் சாம்பலுடன் நன்கு கலந்த பத்திரப்படுத்தவும். இதனை வேண்டிய போது 1 முதல் 2 கிரம் தேனுடன் சாப்பிட விக்கல், வாந்தி தீரும்.

பால சஞ்சீவி மாத்திரை :

சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, பொரித்த வெங்காரம், சுத்தி செய்த இலிங்கம் வகைக்கு 10 கிராம் முறைப்படி சேர்த்து எலுமிச்சம் பழச்சாற்றில் 3 மணி நேரம் நெகிழ அரைத்து பதத்தில் மிளகளவு மாத்திரைகளாக உருட்டி நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொள்க. 1 முதல் 2 மாத்திரை தகுந்த அனுபானத்தில் கொடுக்க சுரம், மாந்தம், வாந்தி, இருமல் குழந்தைகளுக்குத் தீரும்.

விஷ்ணு சக்கரம் :

சுத்தி செய்த இரசம், லிங்கம், கந்தகம், நாபி பால் துத்தம், தாளகம், காந்தம், மனோசிலை இவைகளை சமனெடை தனித் தனியே பொடித்து கல்வத்திலிட்டு வேப்பம் பழச்சாறு விட்டு நன்கு அரைத்து 100 மில்லி கிராம் மாத்திரைகளாக உருட்டி நிழலில்

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

உலர்த்தி வைத்துக் கொள்க. வேளைக்கு 1-2 மாத்திரை தேன், இஞ்சிச்சாறு, திரிகடுகுச் சூரணம் சேர்த்து தினம் இருவேளை சாப்பிட பக்கசூலை, 13 வகை சன்னி, ஏப்பம், விக்கல், மூர்ச்சை தீரும்.

கட்டுவாதி மாத்திரை :

இலிங்கம், அபினி, காசக்கட்டி, அதிவிடயம், கிராம்பு, சமனெடை கல்வத்தில் போட்டு எலுமிச்சம் பழச்சாற்றினால் அரைத்து மெழுகுபதத்தில் பயறு அளவு மாத்திரை செய்து நிழலில் உலர்த்தி பத்திரப்படுத்தவும். வேளைக்கு ஒரு மாத்திரை வீதம் இரு வேளை தேன், முலைப் பால் இவைகளில் கொடுக்க அதிசாரபேதி, இரத்த பேதி தீரும்.

அன்னபேதி செந்தூரம் :

வேண்டிய அளவு அன்னபேதியை எலுமிச்சம் பழச்சாறு அல்லது காடியில்அரைத்து 2 அல்லது 3 புடமிட செந்தூரமாகும். வேளைக்கு 100-200 மில்லி கிராம் தேனுடன் கொடுக்க சுரம், சீதபேதி, பாண்டு காமாலை தீரும்.

இலிங்க செந்தூரம் :

சுத்தி செய்த இலிங்கம் 20 கிராம் சாம்பிராணி 20 கிராம் கற்பூரம் 20 கிராம் கற்பூரத்தையும், சாம்பிராணியையும் கல்வத்திலிட்டு நன்கு மெழுகு பதத்தில் அரைத்து நீல நிறத் துணியில் தடவி லிங்கத்தைச் சுற்றி எரிக்கவும். ஆறிய பின் இவ்விதமாக ஏழு முறை எரித்தபிறகு கழுவி உலர்த்தி நுரைப்பட்டை சூரணத்தில் மேலும் கீழுமாக ஓர் அகலில் வைத்து மேல் அகல் மூடி சீலை செய்து 5 வைத்துக் கொள்ளவும். 50-100 மல்லி கிராம் தேனுடன் கொடுக்க சுரம், வாத கப நோய், மேக நோய் தீரும்.

ஆறுமுக செந்தூரம் :

சுத்தி செய்த இரசம் 5 கிராம், சுத்தி செய்த கந்தகம் 9 கிராம், சுத்தி செய்த கந்தம் 7 கிராம், சுத்தி செய்த அயப்பொடி 12 கிராம், இந்துப்பு 4 கிராம், பொரித்த வெங்காரம் 8 கிராம், முறைப்படி கற்றாழைச் சாற்றால் 5 நாள் அரைத்து வில்லை செய்து உலர்த்தி வாயகண்ட சட்டியிலிட்டு அதே மாதிரி மேலே ஒரு அகண்ட

சட்டியை மூடி சீலை செய்து 24 மணி நேரம் எரிக்கவும். உயர்ந்த செந்தூரமாகும். வேளைக்கு 100 - 200 கிராம் திருகடுகு சூரணத்துடன் இரு வேளை கொடுக்க பாண்டு, வாத ரோகம், சோகை, சூலை குன்மம் அதிசாரம், தலைவலி போகும்.

சண்ட மாருத செந்தூரம் :

சுத்தி செய்த இலிங்கம் 40 கிராம் பூரம் 20 கிராம், வீரம் 10 கிராம், கந்தகம் 10 கிராம், இரச செந்தூரம் 10 கிராம், இந்த சரக்குகளை முறையே கல்வத்தில் இட்டு பொடித்து தாய்ப்பால் விட்டு 5 நாட்கள் அரைக்கவும். தாய்ப்பாலுக்கு பதில் கோழி முட்டை வெண்கருவும் உபயோக்கலாம். 50-100 கிராம் தேன், திரிகடுகு சுரணம் சேர்த்து சாப்பிட கீல்வாயு, பக்ஷவாதம், நரித்தலை வாதம், சன்னி, சுரம், மேக கரந்தி குணமாகும்.

சிவனார் அமிர்தம் சுத்தி செய்து இரசம் சுத்தி செய்த கந்தகம் :

சுத்தி செய்த மனோசிலை, சுத்தி செய்த இருவி, சுத்தி செய்த நாபி, சுக்கு திப்பிலி, பொரித்த வெங்காரம் இவைகள் வகைக்கு 10 கிராம் மிளகு 80 கிராம் இவைகளில் இரசம் கந்தகத்தை முதலில் கல்வத்தில் போட்டு அரைத்துக் கொண்டு பிறகு மற்ற சரக்குகளை ஒன்றன் பின் ஒன்றாக சேர்த்து 7 நாட்கள் அரைக்க உயர்ந்த கருப்பு நிறமடையும், வேளைக்கு 100-200 மில்லி கிராம் தேனுடன் கொடுக்க, வாதம் பித்தம், கபம், சுவாசம், குன்மம் , சன்னி, மூலம், மகோதம் முதலிய நோய்கள் குணமாகும்.

ஆமை ஓடு பற்பம் :

ஆமை ஓடு 100 கிராம், கல் சுண்ணாம்புத் தெளிவு நீர் 200 மில்லி லிட்டர், பூ நீர்த் தெளிவு, 200 மில்லி லிட்டர், ஆமை ஓட்டை ஓர் சட்டியிலிட்டு, சுண்ணாம்பு நீரையும் பூ நீரையும் சேர்த்து அடுப்பிலேற்றி நீர் சுண்டும் வரைக் காய்ச்சிய பின் ஆமை ஒட்டை தண்ணீரில் கழுவி எடுக்க சுத்தியாகும். இம்மாதிரி சுத்தி செய்த ஆமை ஓட்டை ஒன்றிரண்டாக உடைத்து ஒரு சட்டியில் இட்டு உத்தாமனிச் சாற்றை நிரப்பி அகலால் மூடி சீலை செய்து 100 விரட்டில் புடமிடவும் ஆறியபிறகு பிரித்து ஆமை ஓட்டைப்

பொடித்துக் கல்வத்திலிட்டு உத்தாமணி சாற்றால் நன்கு அரைத்து வில்லைகள் செய்த உலரந்த பின் 100 விரட்டிகளைக் கொண்டு மற்றொரு புடமிடவும். அதனை அரைத்து எடுக்க வெண்ணிற பற்பமாகும். இதனை 100 - 200 மில்லி கிராம் அளவு தாய்ப்பாலுடன் கொடுக்க குழந்தைகளின் மாந்தம், கணம், பேதி தீரும்.

படிகார பற்பம் :

சுத்தி செய்த படிகாரத்தை கல்வத்திலிட்டு கோழிமுட்டை வெண் கருவால் 24 மணி நேரம் நன்கு அரைத்து வில்லைகள் செய்து உலர்த்தி 15 விரட்டிக் புடமிடவும். இதனை 100 - 200 மில்லி கிராம் அளவு நெய் அல்லத வெண்ணையுடன் கொடுக்க வெள்ளை, வெட்டை, இரத்த மூத்திரம், நீரெரிவு, நீரடைப்பு, பெரும்பாடு குணமாகும்.

பஞ்சலவண பற்பம் :

சோற்றுப்பு, இந்துப்பு, வெடியுப்பு, வெங்காரம், கல்லுப்பு வகைக்கு 100 கிராம் இவைகளை கல்வத்தியிலிட்டு குப்பைமேனிசாறு கொண்டு 2 நாட்களும் கள்ளிப்பால் கொண்டு 2 நாட்களும் உத்தமானிச் சாறுவிட்டு 2 நாட்களும், எருக்கம் இலைச்சாறு கொண்டு 2 நாட்களும் அரைத்த 50 விரட்டியில் புடமிடவும். பற்பமாகும் வேளைக்கு 100 - 200 மி. கிராம் தண்ணீர், நெய் அல்லது வெண்ணையில் கொடுக்க, பேதி, சூலை, அசீரணம், குன்மம் போம்.

பவழ பற்பம் :

நற்பவழம் 200 கிராம் காட்டு முயல் இரத்தம் 60 மில்லி லிட்டர் மேற்படி பவழத்தை முறைப்படி சுத்தி செய்து ஒரு சிறு குடுவையில் போட்டு முயல் இரத்தத்தை சேர்த்து மூடி, சீலை செய்து 150 விரட்டியில் புடமிடவும். ஆறியபின் குடுவையை பிரித்து மூடியை திறந்து வைக்கவும். இரண்டு தினங்களில் உள்ளிருக்கும் பற்பம் பூத்து இருக்கும். அதனை அரைத்து பத்திரப்படுத்தவும். வேளைக்கு 100200 மில்லி கிராம் வெண்ணெய், நெய், பால் இவைகளுடன் கொடுக்க க்ஷயம், ஈளை, இருமல் போகும்.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

சிலாசத்து பற்பம் :

சுத்தி செய்த கற்பூர சிலாசத்து 300 கிராம் சரக்கை சிறு செருப்படைசாற்றால் அரைத்து வில்லை செய்து 50 விரட்டி கொண்டு புடமிடவும். இவ்வாறு மூன்று புடமிட பற்பமாகும். இம்மாதிரி குமரிச் சாற்றிலும் (கற்றாழைச்சாறு) புடமிடலாம். வேளைக்கு 1/2-1 கிராம் அளவு வெண்ணை அல்லத நெய்யுடன் கொடுக்க வெள்ளை மூத்திர எரிவு நீர்ககட்டு பித்தம், உடல் உஷ்ணம் தீரும்.

வெடியுப்பு கண்ணம் :

சுத்தி செய்த வெடியுப்பு 100 கிராம் சுத்தி செய்த ஆமை ஓடு தூள் 200 கிராம், ஆமை ஓடு துண்டுகளை ஓர் சட்டியிலிட்டு அதன் நடுவே வெடியுப்பை வைத்து மீதியுள்ள ஆமை ஓடுகளை அதன் மேல் பரப்பு சட்டியின் மேல் பாகத்தை தகுந்த மூடியால் சீலை செய்து உலர்ந்த பின் 40 விரட்டிக் கொண்டு புடமிடவும். இதனில் 100 - 200 மி. கிராம் அளவு இளநீர், நீர் முள்ளி கியாழம், முள்ளங்கிச் சாறு இவைகளில் கொடுக்க நீரடைப்பு நீர் எரிவு, நீர்க்கட்டு வீக்கம் இவைகள் குணமாகும்.

அண்டத் தைலம் :

நல்ல கோழி முட்டைகளை அவித்து உடைத்து உள்ளிருக்கும் மஞ்சள் கருவை மாத்திரம் பிரித்து எடுத்து ஒரு இரும்புக் கடாயில் தூள் செய்து போட்டு, அடுப்பின் மீது வைத்து எரிக்க எண்ணெய் பிரியும். அது சமயம் கடாயைச் சாய்த்து எண்ணெயை எடுத்துக் கொள்ளவும். தினம் இரு வேளை1 முதல் 3 துளி வரை தாய்ப்பாலுடன் கொடுக்க குழந்தைகள் மாந்தம், சன்னி, பாரிச வாயு தீரும்.

பூங்காவிச் செந்தூரம்:

பொரித்த படிகாரம் 100 கிராம், சுத்தி செய்த பூங்காவி 100 கிராம் இரண்டையும் கல்வதிலிட்டு நன்கு அரைத்து வைத்துக் கொள்ளவும். வேளைக்கு 200 - 400 மி. கிராம் வெண்ணெய் அல்லது நெய்யில் கொடுக்க சீதபேதி பெரும்பாடு குணமாகும்.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

திரிகடுகு சூரணம் :

சுக்கு மிளகு, திப்பிலி சேர்ந்தது.

திரிபாலை சூரணம் :

கடுக்காய், நெல்லிக்காய், தான்றிக்காய் சேர்ந்தது.

இவை இரண்டும் அநுமானமாக உபயோகிப்பது.

பஞ்ச தீபாக்கனி லேகியம்

ஏலம் 10 கிராம், கிராம்பு 20 கிராம், சிறுநாகப்பூ 30 கிராம், திப்பில் 40 கிராம், மிளகு 50 கிராம் இவைகளை இடித்து வைத்து கொள்ளவும். பிறகு 200 கிராம் பனைவெல்லத்தை 1 லிட்டர் பசும்பால்; விட்டு கரைத்து வடிகட்டி அடுப்பிலேற்றி காய்ச்ச தந்து பதம் வர பாகு எடுத்து அதனில் முன் சுத்தப்படுத்திய சூரணத்தைப் போட்டு இளகிய பதத்தில் நெய் பிறகு தேன் கட்டி பிசைந்து வைத்துக் கொண்டு தினம் இருவேளை நெல்லி பிரமானம் உட்கொள்ள வாதம் பித்தம் பிங்கி பசி தீபனம் உடற்வளமும் ஏற்படும்.

வஜ்ஜிரகண்டி லேகியம்

காட்டாந்திப்பூ, சுக்கு, கசகசா, ஏலம், கிராம்பு, அதிவிடயம், திருநூற்றுப்பத்திரி விரை (சப்ஜாவிரை) மதனாக, மப்பூ அபினி வாழுளுவை அரிசி, சாதிக்காய் வகைக்கு 35 கிராம் இடித்து சூரணித்து வைத்துக் கொள்ளவும். 1/2 கிலோ இடித்து வெல்லம் அல்லது சர்க்கரையை சலம் விட்டுக் கரைத்து வடிகட்டி இரும்புகடாயிலிட்டு தந்து பதம் வரக் காய்ச்சி மேற்படி சூரணத்தைக் கொட்டி கிளரி லேகிய பதத்தில் தினம் சுண்டையளவு இரு வேளை உட்கொள்ள அதிசாரபேதி, இரத்த பேதி, உடல் அசதி நீங்கி தாது கட்டும்.

வாத கேசரி தைலம்

பச்சை சித்திர மூலவேர்ப்பட்டை 40 கிரா், ஓமம் 20 கிராம், ஊமத்தமிலைச்சாறு 1/2 லிட்டர், நல்லெண்ணெய் 1/2 லிட்டர், கற்பூரம் 10 கிராம், முதல் மூன்று சரக்குகளை நன்கு அரைத்து

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

கடாயில் நல்லெண்ணெய் விட்டு அரைத்த சரக்குகளைப்போட்டு பதமுறக் காய்ச்சி வடித்து கற்பூரத்தை பொடித்துப் போட்டு புட்டியில் பத்திரப் படுத்தவும், இத் தைலத்தை நோயுள்ள இடங்களில் மேற் தேய்த்து பிடித்து விட இடுப்புவலி, பாரிசவாதம், கைகால் குடைச்சல் முடக்கு பிடிப்பு தீரும்.

ஸ்நான தைலம்

நொச்சியிலைக் கொழுந்து, பூநாகம் (மண் நாக்குப்பூச்சி வகைக்கு 40 கிராம் மிளகு 20 கிராம் பசுவின்பால் விட்டு அரைத்து 200 மிலி. நல்லெண்ணெய் சேர்த்து கலக்கி மெழுகு பதமாகக் காய்ச்சி ஸ்நானம் செய்து வர தலையிடி, கழுத்து வலி, உடற்வலி தீரும். இச்சாபத்தியம்.

கந்தகச் சுடர் தைலம்

பால்சாம்பிராணி, கந்தகம் வகைக்கு 10 கிராம் பொடி செய்து சீலையில் தடவி, திரிபோல் திரட்டி இரும்புக் கம்பியின் முனையில் கட்டி சுடர் தைல முறைப்படி தைலம் வாங்கிக் கொள்ளவும். இதனை புண், சிரங்கு, வீரணம் இவைகளில் தடவி வர சீக்கிரத்தில் ஆறும்.

பத்திய விதிகள்

சித்த வைத்தியம் மருந்துகள் சாப்பிடும்போது நோய்க்கேற்றவாறும், மருந்துகளுக்கேற்றவாறும் பத்திய விதிகளை அநுசரிப்பது வெகு முக்கியம் குறிப்பாக ஆகார வகைகளில் பத்தியத்திற்கு ஆனவை. ஆகாதவை என சில தெரிந்து கொள்ள வேண்டியிருக்கின்றன.

I. பத்தியத்திற்கு உதவும் பொருள்கள்

கத்தரிப்பிஞ்சு, முருங்கைப் பிஞ்சு, அவரைப் பிஞ்சு, வாழைப் பிஞ்சு, அத்திப் பிஞ்சு, புடலங்காய் முளைக்கீரை, அறு கீரை, பொன்னாங்கானிக்கீரை, பீர்க்கங்காய், சுண்டைவற்றல், ஆவின் பால், ஆவின் மோர், ஆவின் நெய், வெள்ளாட்டு மாமிசம், சுதும்பு மீன் சிறு பயறு, துவரை முதலியன ஆகும்.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

2. பத்தியத்திற்கு ஆகாத பொருள்கள்

அகத்திக்கீரை, முருங்கைக் கீரை, பூசணிக்காய், பாகற்காய், சுரைக்காய், எள்ளு, கொள்ளு, வாழைக்காய், மாங்காய், தேங்காய், கடலை, அவரை, புளி, கடுகு, நல்லெண்ணெய், மரப்பாண்டங்கள், உருளை முதலிய கிழங்கு வகைகள் முட்டை, மீன், கருவாடு, மதுபானம், புகையிலை முதலிய லாகிரி வஸ்துக்கள், போகம் முதலிய ஆகாது.

சாதாரண மருந்துகளுக்கு இச்சாபத்தியம் தேவை. அதாவது மருந்தை முறிக்கும் பொருள்களான கடுகு, நல்லெண்ணெய், மீன், கருவாடு, லாகிரி வஸ்த்துக்கள் முதலியவைகளை நீக்கிப் பத்தியத்திற்குதவும் காய்கறிகளைப் பயன்படுத்த வேண்டும். நெய்யில் சீரகமிட்டுத் தாளிதம் செய்து கொள்ளவும். புகை, பொடி, மது இவற்றை நீக்கியிருப்பது நலம். இதுவே இச்சா பத்தியம் என்று பெயர்.

இரச கந்தக பாஷானாதி சீரிய உயர் மருந்துகளை உட்கொள்ளும் போது கடும் பத்தியம் தேவை. கடும் பத்தியமாவது : மேற்கூறிய இச்சாபத்தியத்துடன் உப்பு, புளி, நீக்கி, மறு பத்தியம் இருந்து பின்பு வறுத்த உப்பும், சுட்ட புளியும் சேர்த்து பிறகு ஸ்நானம் செய்து எல்லாம் சேர்த்துக் கொள்ளலாம். சில மருந்துகளுக்கு வறுத்த உப்பும், சுட்ட புளியும் சேர்த்துக் கடும் பத்தியம் வைப்பதுண்டு.

மிகக் கடும் பத்தியத்தில் புதிய குடுவையில் சாதம் வெந்நீர் சேர்த்து அருந்துதல், பால் அன்னம் சாப்பிடுவதும் முறையாகும்.

ஏனென்றால் பத்தியம் தவறினால் கை கால் வீங்குதல் முதலிய கோளாறுகள் உண்டாகும்.

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

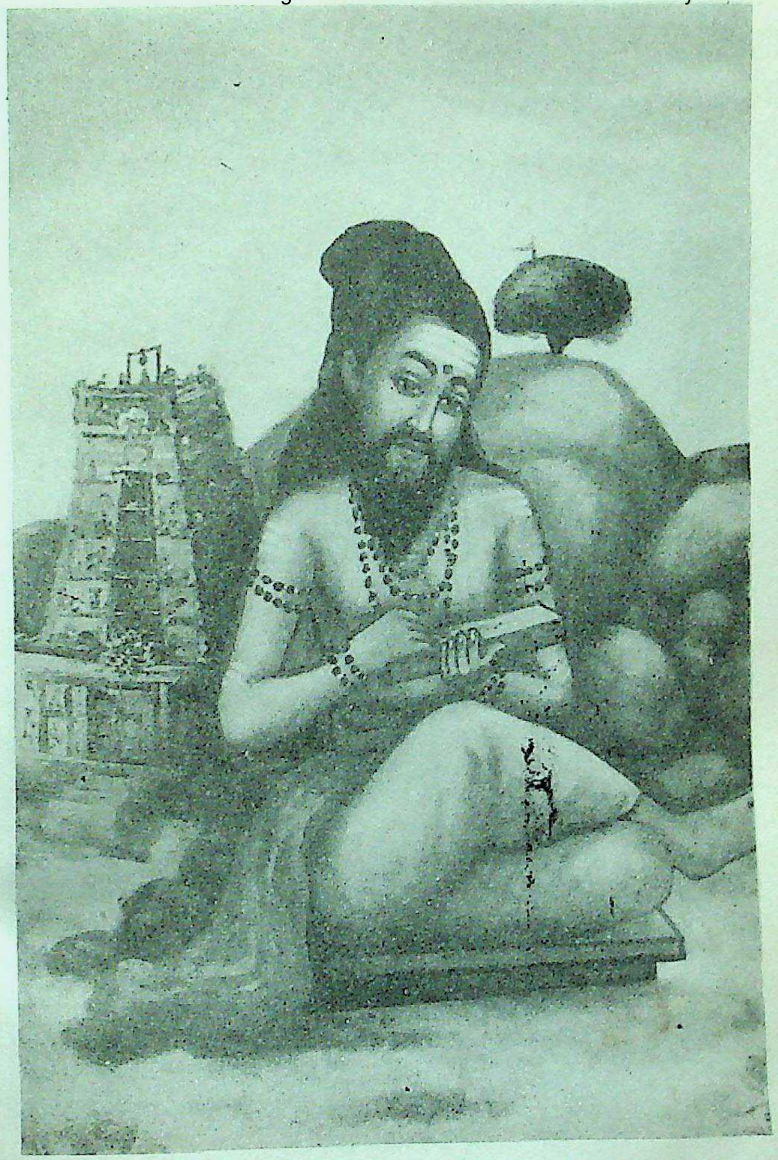
அகஸ்தியர்

அனந்தசயனம்

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

இடைக்காடர்
திருவண்ணாமலை

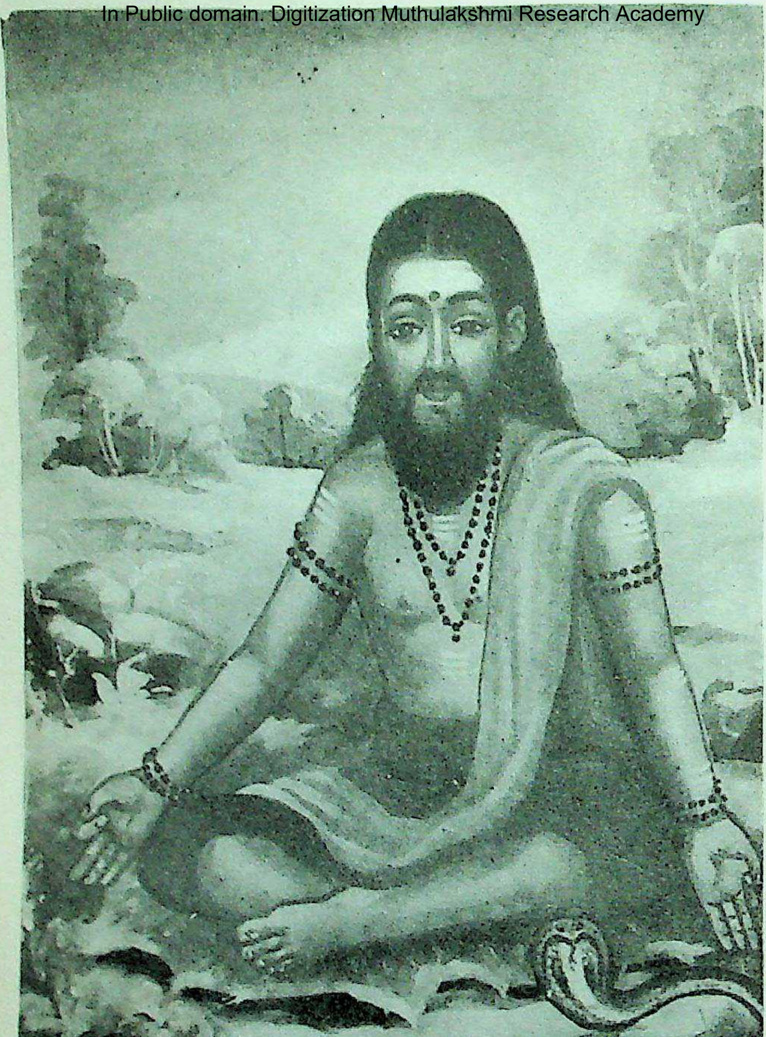
In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy



மச்சமுனி

திருப்பரங்குன்றம்

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy



பாம்பாட்டி சித்தர்
திருக்கடையூர்

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

சிவவாக்கியர்

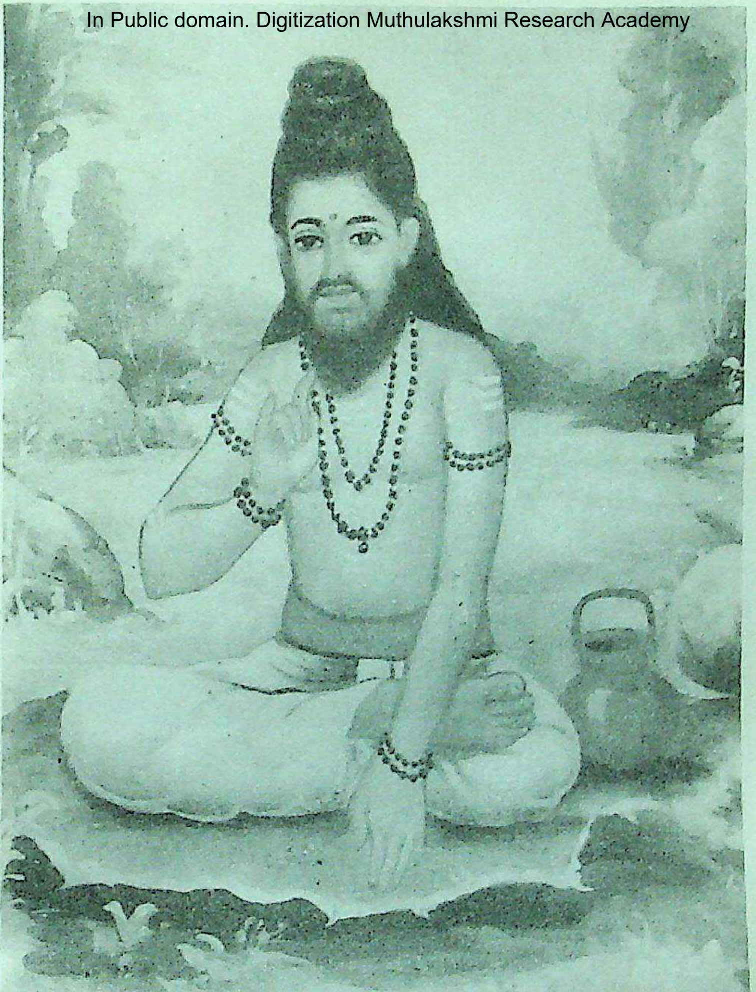
கும்பகோணம்

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

போகர்

பழனி

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy



இராமதேவர்

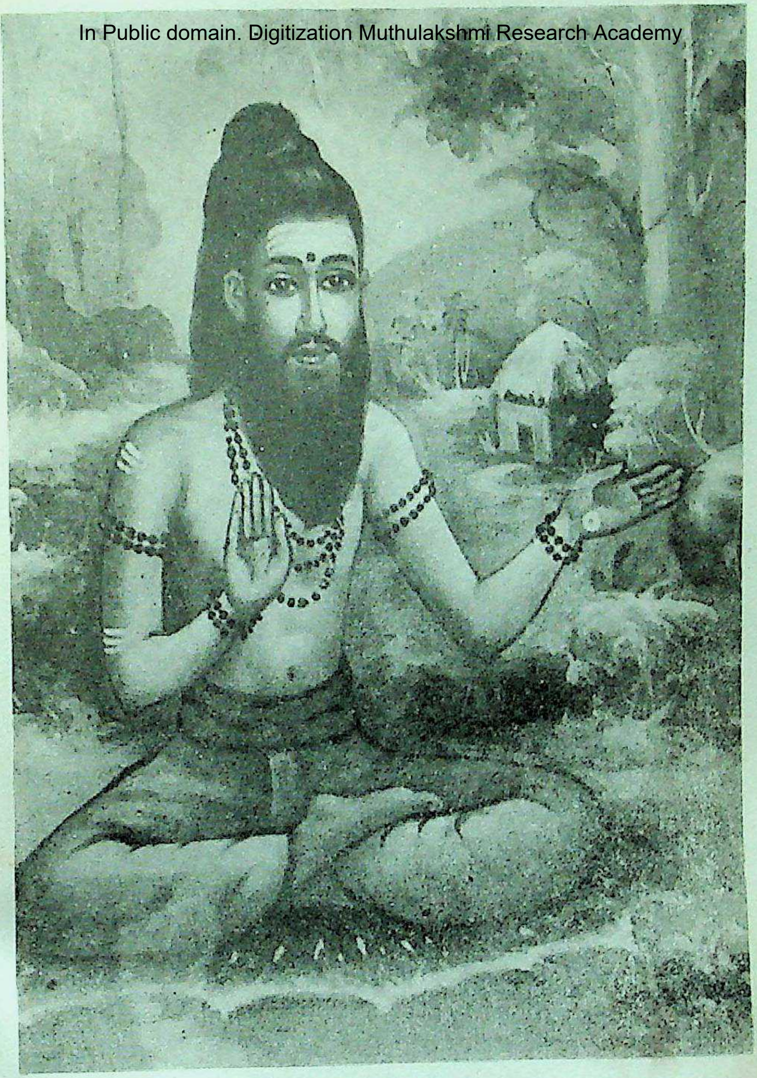
அழகர்மலை

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

கமலமுனி

திருவாரூர்

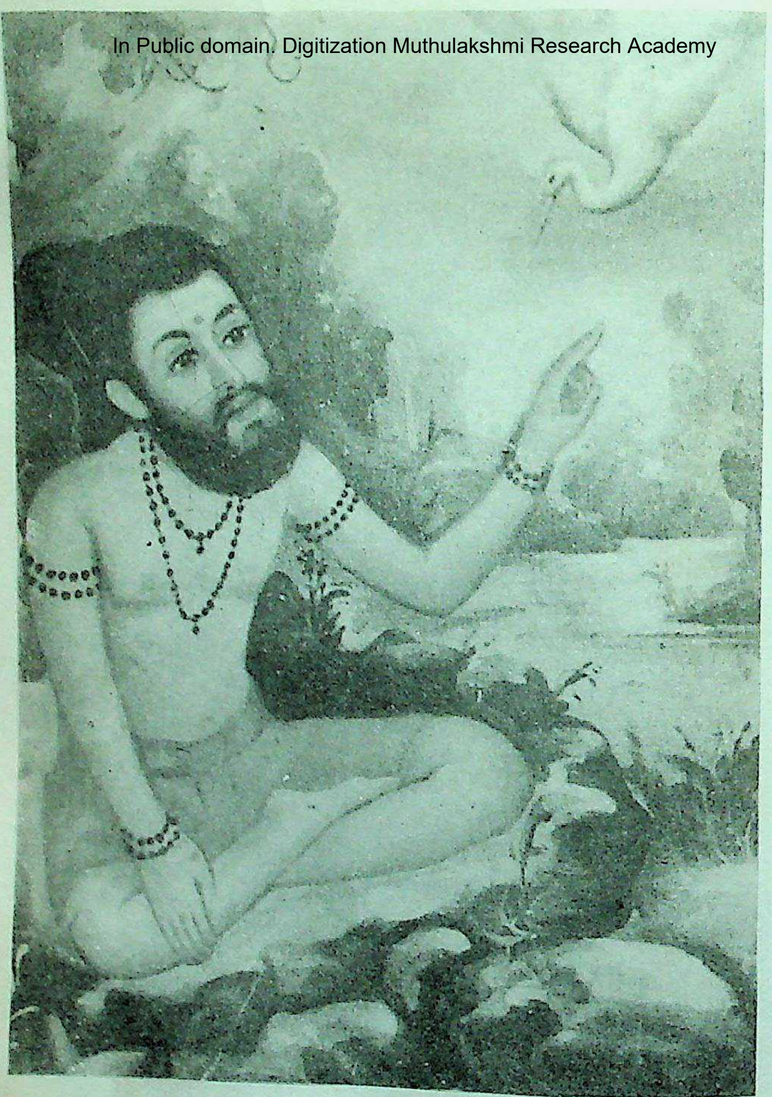
In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy



குதம்ப சித்தர்

மாயவரம்

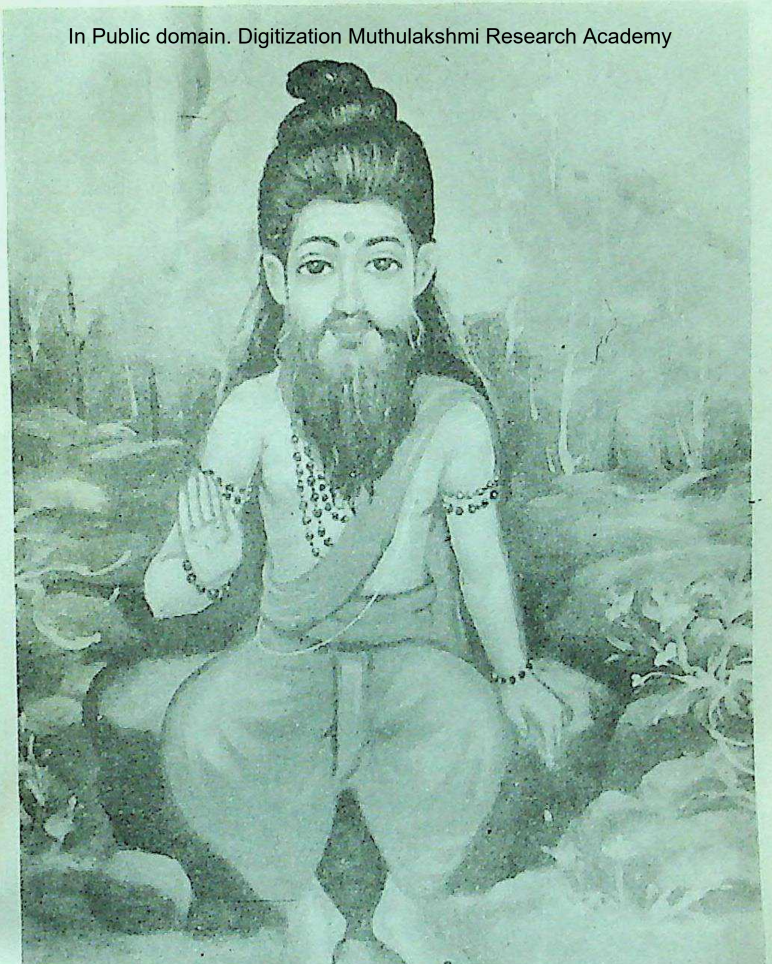
In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy



கொங்கணர்

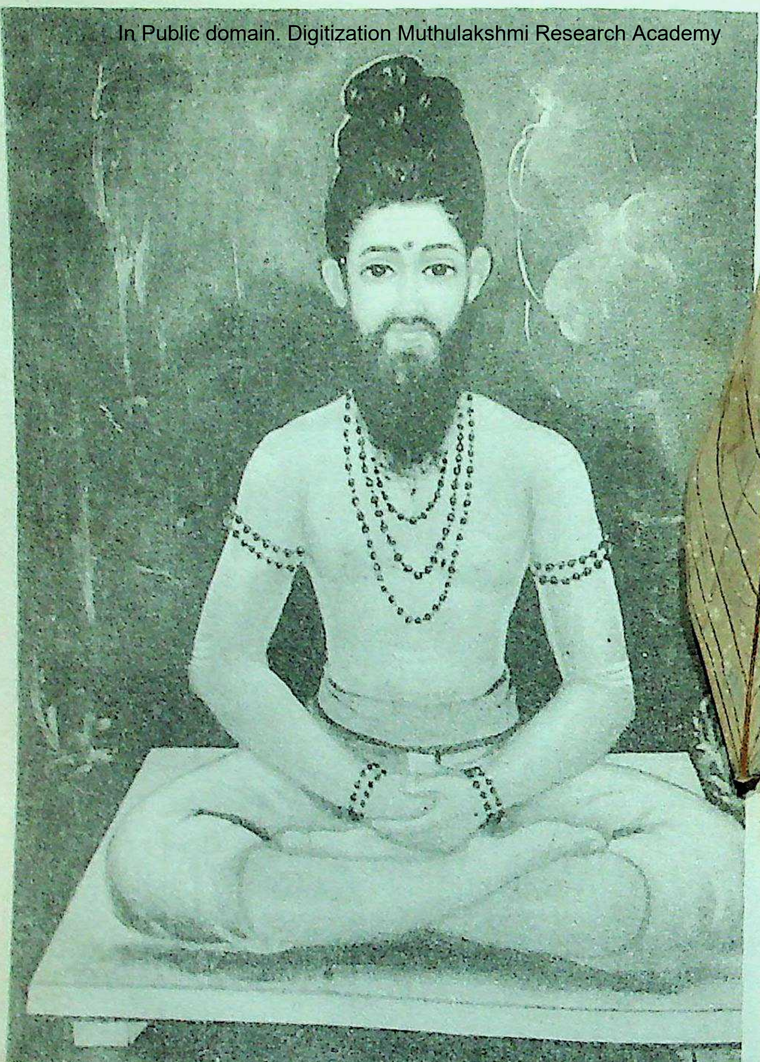
திருப்பதி

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy



பதஞ்சலி
இராமேஸ்வரம்

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy



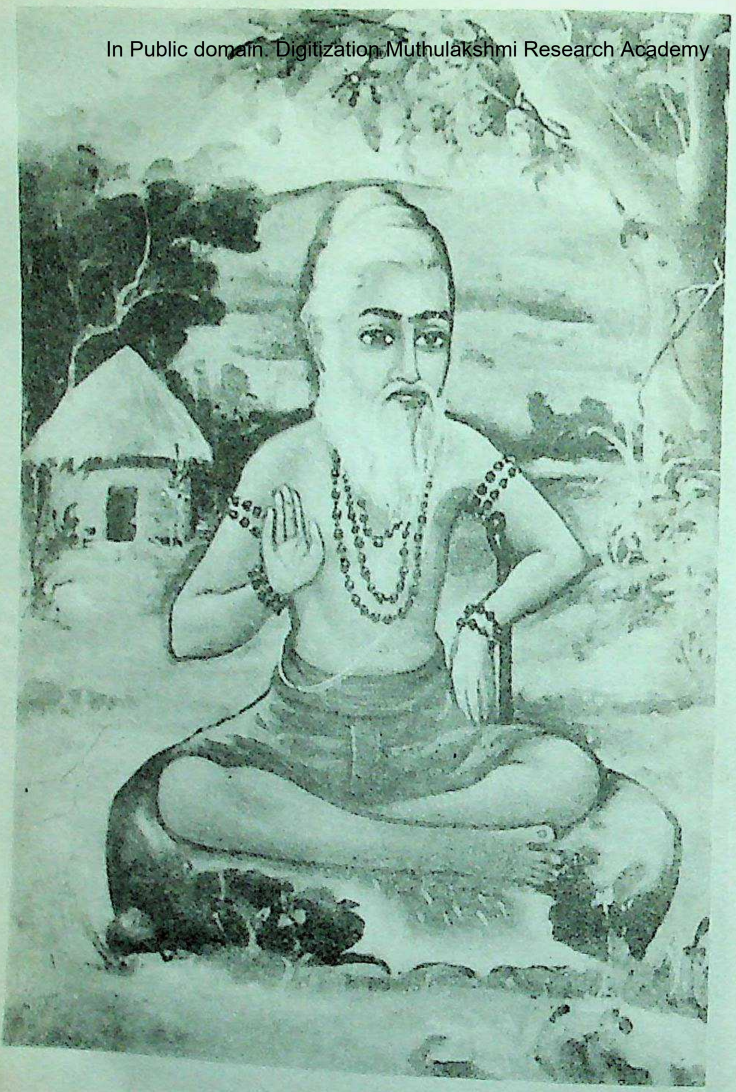
திருமூலர்
திருவாடுதுறை

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

கோரக்கர்

திருகோகற்னமலை

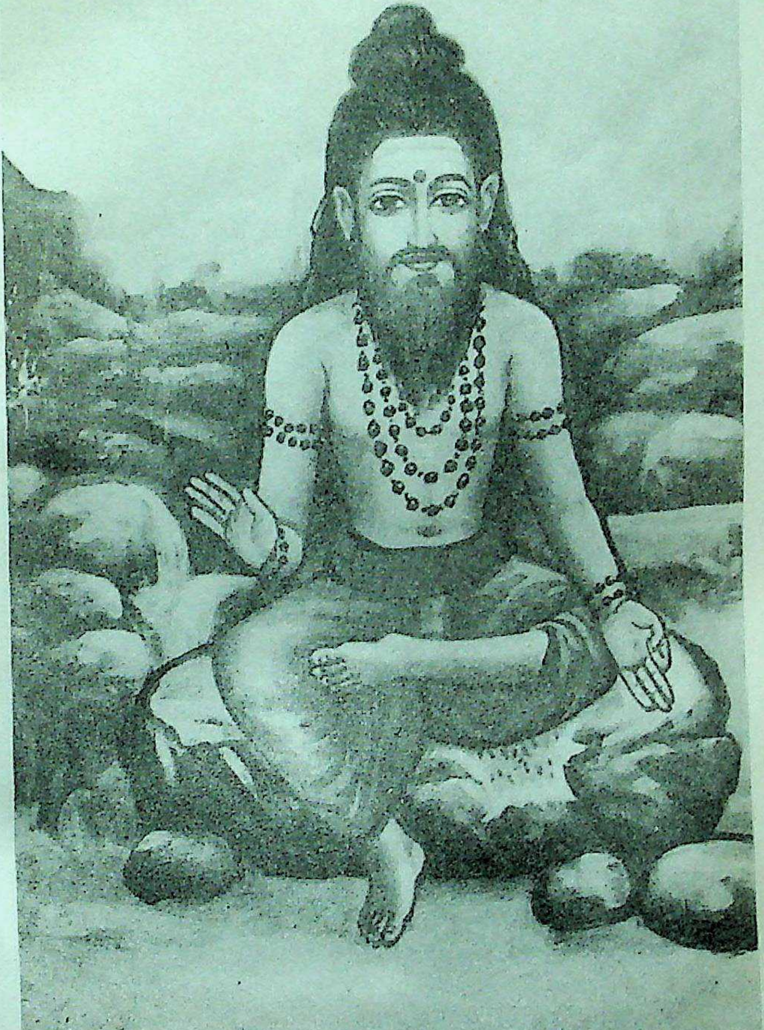
In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy



வான்மீகர்

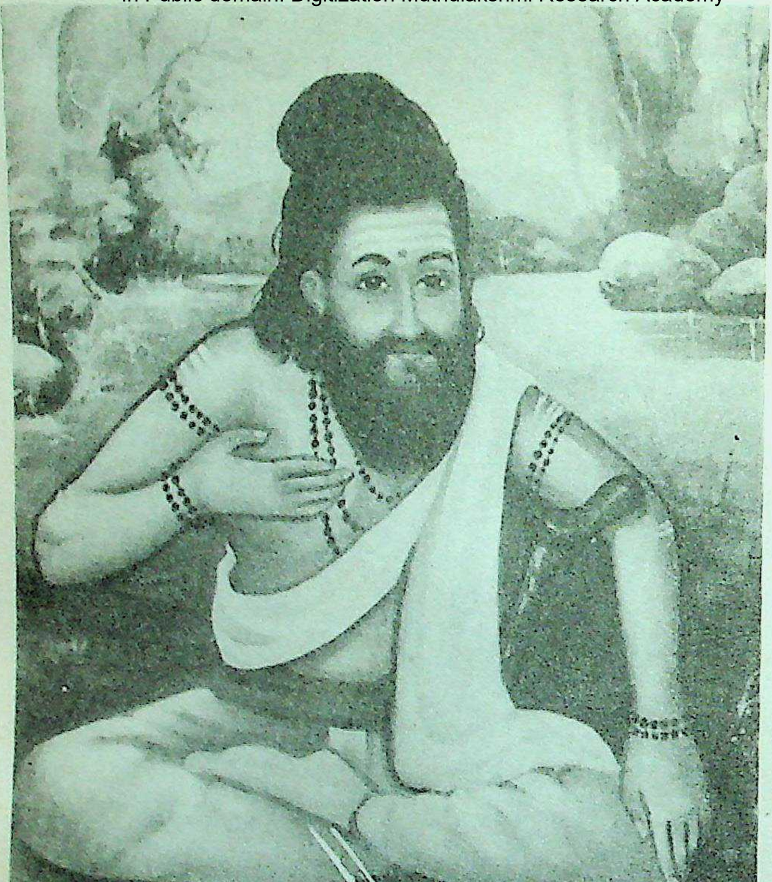
எட்டிக்குடி

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy



தன்வந்திரி
வைத்தீஸ்வரன் கோவில்

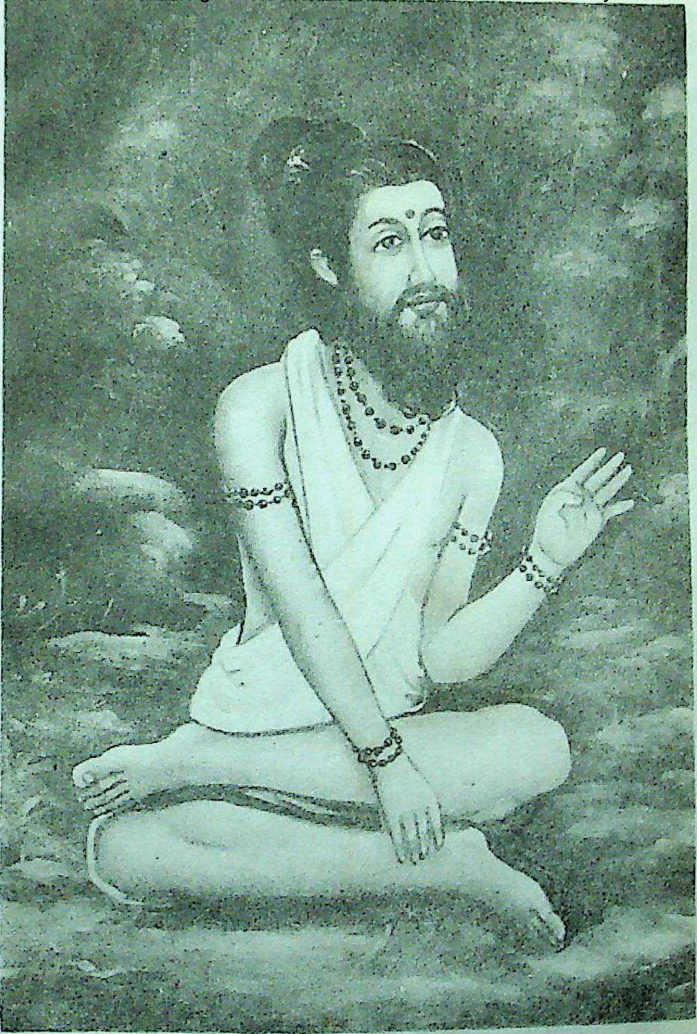
In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy



கருவூரார்

கருவூர், தஞ்சை

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy



சட்டைநாதர்
திருவரங்கம்

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

சுந்தரானந்தர்

மதுரை

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

With the Compliments of

DELHI DEVELOPMENT CONTRACTORS

Specialise in:
Sub-Contract Works, Bar Bending, Painting,
Steel Fixing, Compounding, Carpending,
Welding, Brick Laying & Concreting,

24 PECK SEAH STREET
#07-10 NEHSONS BUILDING
SINGAPORE 0207
TEL: 2248397, 2233119

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

In Public domain. Digitization Muthulakshmi Research Academy

அரவிந்த் ஹெர்பல் லேப்ஸ் (பி) லிட்.

517/4A, முடங்கியார் ரோடு, 4வது கி.மீ.
த.பெ. எண். 140
இராஜபாளையம் - 626 117.

சேர்மன் : **Dr. P. ராஜாலிங்கம்** R.I.M.P.,
மேனேஜிங் டைரக்டர் : **R. அரவிந்த்**
போன் : **20115**

அரவிந்த் மெடிக்கல்ஸ்

278 A, தென்காசி ரோடு,
பஸ் நிலையம் அருகில்
இராஜபாளையம் - 626 117.
வைத்திய ஆலோசகம் : **R. கதிர்காமன்** N.D.,
போன் : **21288**

அரவிந்த் ஹெர்பல் க்யூர்

தலைமை அலுவலகம் :
272-, பஸ் நிலையம் மாடியில்
இராஜபாளையம் - 626 117.
போன் : **23288**

கிளை : 9, 2வது தளம்,
769, அண்ணா சாலை, சென்னை - 600 002
போன் : ஆபீஸ்: 8587987 வீடு: 8213659

130, வி.எம்.தெரு, ராயப்பேட்டை
சென்னை - 600 014.
போன் : 8213658

அச்சிட்டோர் : கற்பக விநாயகர் ஆர்ட் கிராப்ட்ஸ், சிவகாசி: ✆ : 74850